



TAMPEREEN
AMMATTIKORKEAKOULU

PELAAVAT POJAT

Riikka Ollila

Opinnäytetyö
Joulukuu 2015
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi, ylempi AMK



TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi, ylempi AMK

OLLILA, RIIKKA
Pelaavat pojat

Opinnäytetyö 50 sivua, joista liitteitä 2 sivua
Joulukuu 2015

Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus ja sen tarkoituksena on kartoittaa, millaisia merkityksiä digitaalisella pelaamisella on paljon pelaaville nuorille miehille. ”Pelaaville pojilla” tarkoitettiin tässä tutkimuksessa nuoria 19 – 25 – vuotiaita, jotka pelaavat digitaalisia pelejä päivittäin. Tutkimustehtävänä oli myös kartoittaa, mitä hyötyjä ja haittoja ”pelaavat pojat” kokevat pelaamisen heille tuovan.

Yhtenä tutkimuksen lähtökohta oli myös pelaamiseen puuttuminen ja pelikasvatus. Miten pelaavien nuorten kanssa töitä tekevät, sekä pelaavien nuorten läheiset voisivat kohdata pelaavan nuoren kunnioittavasti. Tutkimuksessa selvitettiin sitä, mitkä ovat ne mahdolliset virheet, jotka pelaamiseen puuttuva voi kohtaamisessa tehdä.

Tutkimuksen teoreettis-metodologisina lähtökohtina tarkasteltiin digitaalista pelaamista yleisesti, ongelmapelaamista sekä sosiokulttuurista pelitutkimusta. Empiirisenä aineistona toimi seitsemästä teemahaastattelusta, jotka toteutettiin touko- kesäkuussa 2015, saatu aineisto. Haastatteluiden tulokset on analysoitu sisällönanalyysillä. Tuloksia jäseneltiin pelaamisen hyötyjen, haittojen sekä merkityksen kautta.

Haastatteluiden pohjalta yhdistäviksi tekijöiksi pelaamisen merkityksen kannalta nousi hyvä ajanviete, harrastus, masennuksen ja pahanolon itsehoitokeino sekä mielen piristäjä ja että se on tärkeä osa elämää ja pelaajan identiteettiä.

Kehittämisideoiksi ja jatkotutkimuskohteiksi nousivat nuoren kohtaaminen, kun epäilee ongelmapelaamista. Pelaamisen arvostus harrastuksena, on ensisijaisen tärkeää pelaamiseen puuttujalle. Vanhemmille nuorten omien kokemusten ja pelaamisen merkityksen tietoisuuteen tuominen on myös tärkeää. Tutkimustuloksista voisi rakentaa oppaan vanhemmille, jotta ymmärrys pelaamisesta harrastuksena ja hyödyllisenä ajanvietteenä lisäntyisi.

digitaalinen pelaaminen, pelaamisen merkitys, pelaamisen hyödyt, pelaamisen haitat

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Master's Degree Programme in Social Services

OLLILA, RIIKKA
Young Male Gamers

Master's thesis 50 pages, appendices 2 pages
December 2015

The purpose of this qualitative thesis was to explore the significance of digital gaming of young males (ages 19 - 25 years) who play games daily. The aim was also to examine the benefits and disadvantages of gaming that young gamers experience gaming brings to them.

One of the basis for this study was also the intervention in problematic gaming habits and education about gaming i.e. what possible mistakes there are in intervention and what is the best manner to confront the young gamer.

The theoretical and methodological framework of this thesis were to observe gaming in general, problematic gaming habits and social culturally oriented game studies. The data were collected through thematic conducted with seven young males who played games daily. The data were content analyzed and the results were classified according to the benefits, disadvantages and significance of gaming.

Based on the interview data the connecting factors in the significance of gaming for the gamers were good entertainment, hobby, self-help for depression and the importance of gaming as a part of the gamers' identity.

Further research and development would be to investigate how to confront a young gamer when problematic habits are suspected. The understanding of gaming culture is of significant importance for the intervening party. It is important that parents understand the importance and experiences of gaming for the young gamer. The results of the research could be compiled as a guide for the parents to better understand gaming as a hobby and as a useful free time entertainment.

digital gaming, significance of gaming, benefits of gaming, disadvantages of gaming

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	DIGITAALINEN PELAAMINEN	7
2.1	Sosiokulttuurinen pelitutkimus	7
2.2	Ongelmapelaaminen	9
2.3	Digitaaliseen pelaamiseen liittyviä käsitteitä.....	10
3	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA SEN TOTEUTTAMINEN	13
3.1	Tutkimuksen tavoite, tarkoitus ja tutkimustehtävä	13
3.2	Teemahaastattelu	14
3.3	Haastateltavat	15
3.4	Merkityksen tutkiminen	16
3.5	Case – tutkimuksen piirteitä	17
3.6	Sisällönanalyysi	18
4	PELAAVIEN POIKIEN KOKEMUKSIA PELAAMISESTA.....	20
4.1	Tutkimuksessa esiin nousseet pelaamisen hyödyt	20
4.2	Tutkimuksessa esiin nousseet pelaamisen haitat	23
4.3	Pelaamisen merkitys pelaaville pojille	28
4.4	Yhteenveto pelaamisen merkityksistä	31
4.5	Pelikasvatus ja kuinka kohdata pelaava nuori	34
5	POHDINTA.....	39
	LÄHTEET.....	45
	LIITTEET	49
	Liite 1. Teemahaastattelukysymykset	49

1 JOHDANTO

Digitaalisten pelien pelaaminen on koko ajan kasvava ilmiö ja harrastus. Digitaaliset pelit näkyvät nykyään joka puolella yhteiskunnassamme. Kauppojen hyllyillä on rivissä punaisia vihaisia lintuja ja kuka vaan voi helposti yhdistää, mihin se liittyy.

Peliteollisuus jatkaa kasvuaan ja se on ollut koko 2000 - luvun ajan viihdeteollisuuden nopeimmin kasvava haara. Pelimyynnin arvon arvioitiin olevan vuonna 2012 maailmanlaajuisesti noin 65 miljardia dollaria. Lukujen valossa se on ohittanut tallennetun musiikin myynnin ja ottaa koko ajan kiinni elokuva-alaa. (Neogames 2015.)

Tämän kasvusuuntauksen keskipisteessä ovat digitaalisten pelien pelaajat. Pelaajabarometrin 2013 mukaan 98,5 prosenttia suomalaisista pelaa ainakin jotakin, jos huomioidaan kaikki erilaiset pelimuodot ja satunnainenkin pelaaminen. Aktiivisia, vähintään kerran kuukaudessa jotain digitaalista peliä pelaavia suomalaisia on noin 88 prosenttia. (Mäyrä 2014, 2.)

Oma kiinnostukseni aiheeseen kumpuaa työstäni. Työskentelen itsenäistyvien nuorten kanssa tuetussa asumisessa. Asiakkaitamme ovat 18 – 25 – vuotiaat nuoret, jotka tarvitsevat tukea itsenäiseen asumiseen ja elämänhallintataitojen opetteluun. Palvelu ennaltaehkäisee asiakkaiden negatiivisia kokemuksia, luo onnistumisen kokemuksia sekä mahdollistaa monipuolisen tuen useilla elämän osa-alueilla. Pääperiaatteita ovat asiakaslähttäisyys, yhteisöllisyys, luotettavuus sekä vastuullisuus.

Olen huomannut nuorten miesten tietokonekeskeisen elämäntavan. Kutsun heitä tutkimuksessani ” pelaaviksi pojiksi”. He ovat pääsääntöisesti vailla aktiivista päivätekemistä kuten koulu- tai työpaikkaa. He istuvat kotonaan koneilla jopa 10 – 12 tuntia päivässä. Ulkopuolisen silmin tilanne näyttää siltä, että heillä ei ole mitään järkevää tekemistä, mikä huolestuttaa asumisohjaajaa. Pitäisikö tilanteeseen puuttua? Heillä ei näytä olevan kavereita, joita tapaisivat, eikä paljon muitakaan kodin ulkopuolisia ihmissuhteita. He näyttävät ohjaajan silmään sisäänpäin kääntyneiltä, sulkeutuneilta ja epäaktiivisilta. Heillä ei tunnu olevan kiinnostusta hankkia koulutusta tai työtä. He elävät pääsääntöisesti joko Kelan kuntoutustuella, mikä tarkoittaa määräaikaaisella eläkkeellä oloa, tai sitten sosiaalitoimen toimeentulotuella.

Yhtenä työtehtäväni on aktivoida nuori osaksi yhteiskuntaa. Tuntuu mahdottomalta tehtävältä edellä kuvattujen nuorten kohdalla. Jokainen pelaava poika tuntuu kuitenkin itse-olevan täysin tyytyväinen omaan tilanteeseensa sellaisena, kuin se juuri nyt on.

He kertovat, että tapaavat kavereitaan päivittäin, netissä. He pelaavat tiimeinä monimutkaisia, mielenkiintoisia pelejä ja sanovat, että monenlaiset tunteet, tilanteet ja tapahtumat ovat osana heidän joka päiväistä elämäänsä. Itse 80-luvun lapsena pelasin digitaalisia pelejä maksimissaan kerran kuukaudessa, Commodore 64:lla Winter Gamesia.

Miten voin nähdä tilanteen noin eritavalla? Mitä pelaaminen heille todellisuudessa merkitsee? Mitä sisältöä se tuo heidän elämäänsä ja kuinka he itse kokevat tilanteensa? Ovatko he passiivisia, niin kuin ulkopuolinen tilannetta havainnoi? Näiden kysymysten saattelemina lähdin uppoutumaan digitaalisen pelaamisen maailmana ja selvittämään, että mistä oikein on kyse.

Lähdin tekemään tutkimustani yksilön lähtökohdista. Mitä merkitystä pelaamisella on yksittäiselle, aikuistuvalla nuorelle? Miten se mahdollisesti hyödyttää hänen elämäänsä? Mitä haittoja pelaamisesta heille aiheutuu? Tutkimuksen teoreettinen näkökulma pohjaa The Benefits of Playing Video Games – artikkeliin, jossa pelaamisen hyötyjä selvittäneet tutkimukset on vedetty yhteen. Artikkelissa pelaamisen hyödyt on jaoteltu neljään kategoriaan: kognitiivisiin, motivaationalisiin, emotionaalisiin sekä sosiaalisiin hyötyihin (Granic, Lobel ja Engels 2014).

Tutkimuksen tulosten merkitys paljon pelaavien nuorten kanssa töitä tekeville on tärkeä. Aihe on sosiaalialalla suhteellisen tuore, eikä koulutuksessa ole tähän mennessä digitaalisten pelien merkityksiin ja haittoihin saanut oppia. Lisäkoulutuksia aiheesta ei juurikaan ole ollut saatavilla ja välillä työkentällä olo on melko turhauttavaa, kun keinoja pelaavan nuoren aktivointiin ei ole. Nyt kun saamme käyttöömmä tutkimustulokset, jotka on kerätty suoraan henkilöiltä, joiden kanssa työskentelemme, niin toivottavasti ymmärrys pelaamista kohtaan lisääntyy. Samoin saamme tietoa siitä, että mitä pelaaminen pelaajalle merkitsee.

2 DIGITAALINEN PELAAMINEN

Digitaalisen pelaamisen määritelmä on vakiintunut yleisesti ottaen tarkoittamaan kaikkea pelillistä toimintaa, joka tapahtuu jollakin digitaalisella laitteella. Näitä laitteita ovat mm. tietokone, pelikonsolit, televisio tai puhelin. (Kallio, Mäyrä & Kaipainen 2009, 2.) Digitaalisten pelien voidaan kuvata olevan itsenäisiä kulttuuriteoksia, kuten elokuvat tai musiikkikappaleet. Digitaalinen pelaaminen on myös suosittu harrastus, joka tapahtuu sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Se on usein intohimon kohde, joka voi määritellä osan persoonallisuutta. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 8.) Digitaaliset pelit luokitellaan peligenreihin, eri kategorioihin, niiden luonteen ja sisällön kautta (Kemppainen 2012, 56).

Toimialaa edustavan Neogames - järjestön mukaan Suomessa on tällä hetkellä reilut 200 pelitoimialan yritystä, joiden päätoimena on digitaalisten pelien kehittäminen. Peliteollisuus työllisti vuonna 2014 noin 2500 henkeä. (Neogames 2015.)

2.1 Sosiokulttuurinen pelitutkimus

Digitaalinen pelaaminen on aiheena koko ajan elävä ja tutkittu tieto aiheesta vanhenee melko nopeasti. Nuoret pelaavat yhä enemmän ja uusia pelejä kehitellään jatkuvasti. Pelaamisen luonne muuttuu ja pelikonsolit ja tietokoneet kehittyvät pelien vaatimusten mukaisesti. (Forsberg & Vehkaoja 2013, 19.)

Digitaalista pelaamista tutkitaan niin teknisten kuin ihmistieteellistenkin alojen piirissä, usein erilaisia näkökulmia ja menetelmiä yhdistelevissä monitieteisissä tutkimusryhmissä. Yksi tällaisista tutkimusalueista on kulttuurinen pelitutkimus, jossa tarkastellaan pelien ja pelaamisen sosiaalisia ja yhteiskunnallisia merkityksiä. (Kallio, Mäyrä & Kaipainen 2009, 1.)

Monitieteinen, sosiokulttuurisesti suuntautunut pelitutkimus on kasvava tutkimusalue, jolla toimii tutkijoita monilta eri tieteenaloilta humanisteista terveystieteilijöiden kautta teknologian tutkijoihin. Pelitutkimuksessa kiinnostavia näkökulmia ovat niin halu saada

tietoa pelaamisen kulttuurisista merkityksistä kansallisissa ja ylikansallisissa mittakaavoissa, kuin toisaalta myös arkisista pelaamiskokemuksista ja -käytännöistä ihmisten jokapäiväisessä elämässä. (Kallio 2009, 106–113.)

Vuosina 2006 – 2009 toteutettiin pelaamisen arkisia käytäntöjä koskeva tutkimus International Study of Games Cultures. Siinä tarkasteltiin digitaalisen pelaamisen tapoja kulttuurisesta näkökulmasta. Tutkimuksen perimmäisenä tavoitteena oli ymmärtää, miksi digitaalisia pelejä pelataan, millainen rooli digitaalisella pelaamisella on eri-ikäisten ja erilaisissa elämäntilanteissa elävien ihmisten arjessa sekä millä tavoin heidän pelaamisen tapansa muuttuvat ja vaihtelevat. Tutkimuksen tuloksista voisi sanoa, että digitaalinen pelaaminen on levittäytynyt laaja-alaisesti eri-ikäisten ja eri sukupuolta edustavien ihmisten keskuuteen. Aktiivinen peliharrastus on kuitenkin keskittynyt vahvimmin nuorten miesten ja poikien pariin. (Kallio, Mäyrä & Kaipainen 2009, 2.)

Pelaajatutkimus joutuu ottamaan kantaa laajempiin yhteiskunnallisiin kysymyksiin ja pohtimaan pelillisyyden kasvavaa merkitystä vapaa-ajan lisäksi esimerkiksi opintojen, työelämän ja sosiaalisten suhteiden kehittymisen näkökulmista. Pelitutkimuksen kentällä taistelevat edelleen eri näkökulmat kuten sellaiset, joihin Pelitutkimuksen vuosikirjassakin viitataan. Toiset tutkimukset edustavat ja esittävät, että digitaalisen pelaamisen vahingolliset, väkivaltaisuutta lisäävät vaikutukset ovat kiistattomia ja toiset päinvastaista. Heidän mukaansa pelejä pelaavat ihmiset ovat todellisuudessa keskimääräistä onnellisempia, terveempiä ja tasapainoisempia perhe-elämässään sekä taloudellisesti ei-pelaajia menestyvämpiä. (Kallio, Mäyrä & Kaipainen 2009, 12.) Tätä näkemystä edustaa myös Granic, Lobel ja Engels (2014). He ovat koonneet tutkimustietoa digitaalisen pelaamisen positiivisista yhteyksistä lasten ja nuorten elämään.

Kognitiivisia hyötyjä ovat esimerkiksi luovan ongelmien ratkaisutaitojen kehittyminen, tilan ymmärryksen paraneminen sekä strategisen ajattelun kehittyminen. Motivoiviksi hyödyiksi luetaan muun muassa se, miten peleissä onnistuminen ja palkitseminen kehittävät sekä motivoivat pelaajaa arkielämässään. Pelaaminen tuottaa iloa, onnellisuutta, rentoutta sekä hyvänolon tunnetta, ja näitä hyötyjä voidaan pitää tunneperäisinä hyötyinä. Sosiaalisia hyötyjä pelaamisessa on paljon, esimerkiksi se, että pelaajan on pystyttävä tekemään yhteistyötä ja kommunikoimaan tehokkaasti, jotta moninpelattavissa peleissä ryhmän tavoitteet toteutuisivat ja palkinto saavutetaan. (Granic, Lobel ja Engels 2014.) Nämä hyödyn näkökulmat pidin mielessäni tutkimustuloksia analysoidessakin.

2.2 Ongelmapelaaminen

Peliriippuvuudesta puhutaan, kun keskustellaan peleistä ja pelaamisesta. Termi on vajavainen ja sitä kylvetään ympäriinsä joskus turhankin helposti. Monet asiantuntijat välttävätkin puhumista peliriippuvuudesta tai addiktiosta. Kuvaavampi termi voisi olla ongelmallinen liikapelaaminen. (Meriläinen 2015.)

Ongelmapelaaminen on käsitteenä laajempi kuin peliriippuvuus. Tässä laajemmassa kontekstissa korostuvat myös pelaamisen sosiaaliset ja taloudelliset ulottuvuudet. Ongelmapelaaminen määritellään rahan- ja/tai ajankäytöltään liialliseksi pelaamiseksi, joka vaikuttaa kielteisesti henkilön muihin elämäalueisiin, kuten psyykkiseen ja fyysiseen terveyteensä, suoriutumiseensa opinnoissa tai työelämässä, talouteen sekä ihmissuhteisiin. (THL 2015.)

Kansainväliset tautiluokitukset eivät tunne käsitettä *riippuvuus digitaalisiin peleihin* (Meriläinen 2015). Rahapeliriippuvuus sen sijaan löytyy kahdesta kansainvälisesti käytössä olevasta tautiluokituksessa: ICD-10 ja DSM-5. Näistä jälkimmäinen on uudempi, vuodelta 2013 oleva luokitus ja siinä aikaisemmin käytetty käsite patologinen pelaaminen (ICD-10) on muutettu rahapeliriippuvuudeksi (Gambling Disorder) ja tautiluokitus siirretty impulssikontrollin häiriöistä luokkaan ”riippuvuushäiriöt”. Taudinkuvaa määrittäviä kriteereitä ovat muun muassa tarve pelata jatkuvasti suurenevilla rahasummilla saavutukseen haluamansa jännityksen, henkilö on vaarantanut tai menettänyt tärkeän ihmissuhteen, työpaikan, tai koulutukseen tai työuraan liittyvän mahdollisuuden rahapelaamisen takia sekä yritys vähentää tai lopettaa rahapelaaminen aiheuttaa rauhattomuutta tai ärtyneisyyttä. (THL 2015.)

Digitaalisten pelien liikapelaamiseen vaikuttavat monet tekijät, kuten perhesuhteet, masennus, geneettinen alttius, sosioemotionaaliset taidot sekä pelien sitouttavat mekanismit. Liiallisen pelaamisen huomioitavan arvoisia merkkejä voivat olla esimerkiksi pelaamisen lopettamisen vaikeus. Pelaaja tiedostaa pelaamisen ongelmallisuuden omassa elämässään, eikä silti pysty lopettamaan. Samoin elämänhallinnan kärsiminen, pelaamisen aiheuttamat konfliktit ihmissuhteissa sekä omien tunteiden säätely pelaamalla voivat olla merkkejä liikapelaamisesta. Moni aktiivisesti pelejä pelaava viettää aikaa pelien parissa useita tunteja vuorokaudessa, mutta se ei silti tarkoita, että pelaaminen olisi ongelmallista

tai että edellä mainittuja tekijöitä olisi havaittavissa lainkaan. Eli pelkästään pelaamiseen käytettävien tuntimäärien mittaaminen ei kerro ongelmasta. (Meriläinen 2015.)

Ongelmapelaamista tutkittaessa ja yksilön tilannetta kartoittaessa on tärkeää ottaa huomioon koko vallitseva tilanne. Millainen nuoren elämä kokonaisuutena on? Näyttääkö siltä, että pelaaminen tuo enemmän hyötyjä pelaajalle ja hänen elämäänsä, vai lamaako pelaaminen nuorta ennestään. Mikäli vanhempi, tai joku muu tilanteeseen puuttuva ei osaa yksin tehdä tätä arviota, on hyvä kääntyä ammattilaisten puoleen. Tärkeää on kuitenkin edetä nuoren ehdoilla ja toimia jo alusta alkaen kunnioittavasti ja avoimin kortin.

2.3 Digitaaliseen pelaamiseen liittyviä käsitteitä

Seuraavassa on lyhyesti läpikäytyinä tutkimuksen teon aikana esiin tulleita digitaalisen pelaamisen käsitteitä, jotka on tutkimuksen lukijan hyvä tietää.

Digitaaliset pelit	Tietokone-, elektroniikka-, video-, verkko- ja kännykkäpelit
Mobiilipelaaminen	Digitaalinen peli, jota pelataan matkapuhelimella tai tablet-laitteella
Ruutuaika	Television, tietokoneen ja pelikonsolien ääressä vietetty aika
Peliriippuvuus	toiminnallinen riippuvuus, jossa riippuvuus voi kehittyä erilaisiin toimintoihin (nämä toiminnat tuottavat välitöntä tyydytystä)
Verkkopeli	digitaalinen peli, jonka pelaaminen edellyttää suoraa verkkoyhteyttä
Moninpeli	peli tai pelitapahtuma, johon voi osallistua useampi kuin yksi pelaaja
FPS	ensimmäisen persoonan ammuntopeli
Lanit	pelitapahtuma, jossa joukko ihmisiä kokoontuu pelaamaan samaan paikkaan, omien tietokoneiden kanssa

Tietokone-, elektroniikka-, video-, verkko- ja kännykkäpelit ovat digitaalisia pelejä. Digitaalinen pelaaminen on siis pelaamista, joka on toteutettu esimerkiksi tietokoneen, videopelikonsoolin, mobiililaitteen tai interaktiivisen television avulla. (Peluuri 2015.)

Pasianssipelit ovat ylivoimaisesti suosituimpia digitaalisia pelejä. Angry Birds – pelit ovat pelisuosiossa toisella sijalla ja veikkauspelit kolmantena. Naisten ja miesten suosituimmissa peleissä on pasianssin ja Angry Birds – pelien jälkeen selkeitä eroja. Miesten aktiivisesti pelaamien digitaalisten pelien joukossa olivat erilaiset vedonlyöntipelit, NHL - urheilupelisarja, sekä Battlefield-, Call of Duty- ja Grand Theft Auto – toimintapelisarjat. Naisten puolestaan pelaavat mahjong-, Candy Crush- ja The Sims – pelejä. (Mäyrä 2014, 3.)

Digitaalinen peli, jota pelataan matkapuhelimella tai tablet-laitteella, on mobiilipelaamista (Mäyrä 2014, 2). Digipelaamisen suosio onkin kokonaisuutena kasvanut viime vuosina erilaisten mobiilipelien myötä, joita erityisesti naiset pelaavat paljon (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 118). Se oli myös uusimman Pelaajabarometri 2013 (Mäyrä 2014, 3) tutkimuksen mukanaan digitaalisten pelien osalta ainoa merkittävästi aktiivisten pelaajien osuutta kasvattanut peliryhmä.

Ruutuajalla tarkoitetaan television, tietokoneen ja pelikonsoleiden ääressä vietettyä aikaa. Yli neljän tunnin aika ruutujen ääressä koulupäivinä, on katsottu jo olevan lapsille ongelmallista. (Nuorten hyvinvointikertomus 2013.)

Peliriippuvuus voidaan määrittää, että se on toiminnallinen riippuvuus, eli riippuvuus voi kehittyä erilaisiin välitöntä tyydytystä tuottaviin toimintoihin, kuten digitaaliseen viihdepelaamiseen (Tilastokeskus 2006). Ongelmapelaaminen on käsitteenä laajempi kuin peliriippuvuus, laajemmassa kontekstissa korostuvat yksilöön liittyvien haittojen lisäksi pelaamisen sosiaaliset ja taloudelliset ulottuvuudet (THL 2015).

Verkkopeli on digitaalinen peli, jonka pelaaminen edellyttää suoraa verkkoyhteyttä. Internetissä pelattavien pelien lisäksi verkkopelejä ovat myös pelikonsoalien, matkapuhelmien tai vertaisverkkojen välityksellä pelattavat pelit. (Pegi Online 2007.)

Massiiviset, monen pelaajan verkkopelit, ovat luonteeltaan sosiaalisia pelejä, joissa pelaajat ovat vuorovaikutuksessa keskenään virtuaalisessa pelimaailmassa. Verkkopelaamiseen liittyviä sosiaalisia virtuaalimaailmoja on käytetty erityisesti Yhdysvalloissa muun muassa terveydenhuoltoalan sekä lääketieteen koulutuksessa. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 96.)

Moninpelillä tarkoitetaan peliä tai pelitapahtumaa, johon voi ottaa osaa useampi kuin yksi pelaaja. Pelaajat voivat pelata joko kaikki kaikkia vastaan tai muodostaa joukkueita. Videomoninpeli tarkoittaa monen ihmisen samalla tietokoneella tai pelikonsolilla pelattavaa peliä tai netissä pelattavaa moninpeliä jossa verkkopeli yhdistää pelaajat omista kodeistaan. (Niemelä 2008.)

FPS (First Person Shooter) tarkoittaa ensimmäisen persoonan ammuntopeliä, jossa kamera näyttää pelaajasta ainoastaan aseensa ja kuva näyttää sen, mitä hahmokin pelistä näkee (Xia 2014, 9).

Lanit, eli englannin ”LAN-party” juontuva nimitys viittaa pelitapahtumaan, jossa joukko ihmisiä kokoontuu yhdessä samaan paikkaan pelaamaan omien tietokoneiden välityksellä. Laneissa pelejä pelataan lähiverkossa, ”local area network”. Keskeisin syy pelitapahtumien järjestämiseen on sosiaalinen. Pelaajat jakavat yhteisen mielenkiinnon kohteen ja haluavat nähdä toisiaan myös kasvotusten. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 28 – 29.)

Digitaaliseen pelaamiseen liittyy paljon uusia termejä ja sanoja. Tässä ovat kuitenkin työn kannalta keskeisimmät lyhyesti esiteltyinä. Hyvä lähde, jos lisätietoa termistöstä kaipaa, on Pelikasvattajan käsikirja.

3 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA SEN TOTEUTTAMINEN

Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus. Tarkoituksena ei ole tehdä yleismaailmallista tutkimusta nuorten pelaamisesta ja sen selittämisestä, vaan yksilöidä se nimenomaan paljon pelaaviin nuoriin miehiin.

Tutkimukseni täyttää monet laadullisen tutkimuksen tunnuspiirteet. Tutkimukseni on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedon hankintaa ja kaikki aineisto kerätään todellisista tilanteista ja nuorten oikeista elämästä. Luotan tutkimusta tehdessäni keskusteluihin, niiden sisältöön sekä omiin havaintoihini haastattelutilanteissa. Tuota empiriaa työstän eteenpäin ja luotan sen oikeellisuuteen. Kohdejoukkoni on valittu tarkoituksenmukaisesti. He ovat tämän tutkimuksen asiantuntijoita ja heillä on paras tieto siitä mitä tutkimuksellani haluan saavuttaa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 164.)

Hyvä kysymys on puoli vastausta. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa on kuitenkin varauduttava siihen, että tehtävä ja tutkimusongelma saattavat muuttua tutkimuksen edetessä. Tärkeää on kuitenkin määritellä tarkat kysymykset ennen kuin tutkimusta lähtee tekemään, jotta tutkimus ei jää vain aineiston luokittelun tasolle. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 125 – 126.)

Laadullinen tutkimus on ikään kuin arvoituksen ratkaisemista. Johtolankojen ja vihjeiden perusteella, mitä aineisto ja analyysi ovat tuottaneet, tehdään merkitystulkintaa tutkittavasta ilmiöstä. Tärkeää on määritellä teoreettinen kärki, tutkimuksen ydin ja erotella ratkaisumallit ja tutkimuksen tulos sen mukaan (Alasuutari 2001, 44). Olen sanoittanut arvoituksen sekä teoreettisen kärjen tutkimukselleni, ja lähdän ratkaisemaan sitä niin haastatteluiden perusteella, kuin havainnoinnin sekä teoreettiset lähtökohdat huomioon ottaen.

3.1 Tutkimuksen tavoite, tarkoitus ja tutkimustehtävä

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää, mitä merkityksiä pelaamisella on paljon pelaaville nuorille miehille. Tarkoituksena on myös kartoittaa, mitä hyötyjä ja haittoja ”pelaavat pojat” kokevat pelaamisen heille tuovan.

Näistä lähtökohdista ja teemahaastattelukysymysten kautta tavoitteena on kartoittaa nuoren kokemusta, tuntemuksia sekä kuvaa omasta elämästään silloin, kun siihen sisältyy paljon pelaamista. Pelaamisen merkitystä etsin nimenomaan näiden nuorten miesten omista kokemuksista ja siksi henkilökohtaiset haastattelut ovat paras tietolähde.

Opinnäytetyön tavoitteena on myös jäsentää pelaamisen merkitysmaailmaa sekä pelaamiskokemuksia niin, että pelikasvatukseen yhdistäen pelaavien nuorten kanssa töitä tekevät, sekä heidän läheisensä oppisivat kohtaamaan pelaava nuoren kunnioittavasti. Tutkimuksessa kartoitan sitä, mitkä ovat ne mahdolliset virheet, jotka pelaamiseen puuttuva voi kohtaamisessa tehdä.

3.2 Teemahaastattelu

Valitsin tiedonkeruumenetelmäksi teemahaastattelun. Tutkimukseni tavoitteena on tuottaa tietoa, joka koskee asenteita, arvoja sekä kokemuksia. Tällaisen tiedon kerääminen edellyttää haastatteluiden tekemistä suoraan asian ytimessä olevalle taholle. Heillä on hallussaan juurikin se tieto, minkä pyrin tutkimuksessani saamaan kirjoitettua konkreettiseen muotoon. Teemahaastattelu on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto. On tyyppillistä, että teemahaastattelussa aihepiirit ovat ja ennalta tiedossa, mutta kysymysten tarkka ja viimeistelty muoto puuttuu. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 208.)

Haastattelu voidaan valita tiedonkeruumenetelmäksi usein kun halutaan korostaa että ihminen on tutkimustilanteessa aktiivinen osapuoli jolle annetaan mahdollisuus tuoda itseään vapaasti esille. Toisaalta kysymyksessä voi olla ennestään vähän tutkittu tutkimusaihe, joten tutkijan on vaikea tietää etukäteen vastausten suuntaa ja haastattelemalla saadaan juuri tarkoitettua kohteesta tietoa. Haastattelussa on myös mahdollista nähdä vastaaja. Samoin voi tarkastella haastateltavan nonverbaalista viestintää kokonaisvaltaisesti. Haastattelun aikana on mahdollista selventää saatuja vastauksia. Samoin tietoja voidaan syventää esittämällä lisäkysymyksiä tai pyytämällä vastaajaa perustelemaan esittämiään mielipiteitä. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 34 – 35.)

Haastattelun etuna tässä tutkimuksessa pidän sitä, että tunnen vastaajat ja uskon saavani heidät hyvin motivoitua mukaan tutkimukseen. Varsinkin kun kyseessä on tässä tapauksessa yksilöhaastattelu, niin uskon sen luovan turvallisen ympäristön ja näin ollen saan kaivettua vastaukset arkoihinkin aiheisiin. Voin myös olla haastateltaviin yhteydessä myöhemminkin, mikäli esimerkiksi tarkennuksia tai seurantaä tarvitsee tehdä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 208).

Olen nostanut esiin muutaman tärkeän teeman, joiden tiimoilta haastateltava saa vastata vapaasti ja avoimesti. Olen kuitenkin laatinut haastattelulomakepohjan (LIITE 1), jossa on peruskysymysrunko jotka kysyn kaikilta haastateltavilta. Haastattelukysymyksillä pyrin selvittämään pelaamisen merkitystä nuoren elämään ja arkeen.

3.3 Haastateltavat

”Pelaavia poikia” osallistui tutkimukseen kaiken kaikkiaan seitsemän. Haastateltavat asuvat kaikki yksin omissa asunnoissaan, Pirkanmaan alueella. Haastatteluun he lähtivät mukaan mielellään kysyttyäni sitä puhelimitse. Siinä samalla kerroin, että kyseessä on Sosionomi ylempi AMK koulutukseen liittyvä opinnäytetyö. Kerroin, että haastattelun heitä anonymisoi, eli heistä ei tule tietoon mitään muuta kuin vastaukset sekä yleistä tietoa, kuten asuinpaikka, tuettu asuminen sekä sukupuoli. Kerroin, että teen tutkimuksen omalla nimelläni, joten joku voi yhdistää sen työpaikkaani. Sanoin, että haastattelun voin tulla tekemään joko heidän koteihinsa, tai sitten voimme sopia jonkun muun paikan. Nämä ehdot sopivat kaikille.

Valitsin heidät haastateltavikseni, koska tunsin heidät ennalta. Heillä kaikilla oli taustallaan tuetun asumisen jakso nuorten tuetun asumisen palvelussa. Lisäksi tiesin heidän pelaavan digitaalisia pelejä päivittäin. Iältään haastateltavat olivat 19 – 25 – vuotiaita.

Tein haastattelut touko- kesäkuussa 2015. Viisi haastatteluista toteutettiin nuorten omissa kodeissaan, kaksi julkisissa tiloissa. Nauhoitin ja tallensin keskustelut. Keskustelut kestivät 20 minuutista tuntiin. Kirjoitin aineiston tekstiksi litteroimalla koko haastatteludialogin. Käytössäni ei ollut litterointiin ja analysointiä varten tarkoitettuja tietokoneohjelmia. Kirjoitin haastattelut tekstiksi suoraan Word – dokumenttiin. En litteroinut koko aineistoa

sanasta sanaan, vaan vain ne osiot, joissa pääteemoista puhuttiin. Koko aineiston silti kirjoitin avainsanojen avulla auki.

Haastattelun alkuun kysyin hieman nuoren taustatietoja, kuten esimerkiksi kauanko he ovat asuneet yksin. Samoin kysyin keskustelun aluksi ja sen virittämiseksi lapsuudesta pelimuistoja sekä vanhempien reaktioita pelaamiseen. Haastatteluissa keskustelimme myös nykyhetkestä muun muassa kuinka kauan he pelaavat päivässä ja mitä pelejä. Lopuksi halusin myös kysyä, että kokevatko he pelaamisen olevan jatkossakin osa heidän arkeaan.

3.4 Merkityksen tutkiminen

Sanaa ”merkitys” käytetään tutkimusta tehdessä varsin väljästi. Merkitykset ovat osa ihmillistä maailmaamme sekä toimintaa. Tutkimusta tehdessä ollaan kuitenkin usein kiinnostuneita juuri siitä, että mitä tutkittava asia merkitsee jollekin. (Vilka 2015, 160.)

Toiminnassamme on koko ajan mukana jonkinasteinen merkitysten tuottaminen ja antaminen. Haluamme tietää, mitä jokin asia tarkoittaa ja mikä on osamme maailmassa. Merkitykset muodostuvat ihmisten toimissa, näin ollen ne ovat aina tilapäisiä, epävakaita sekä muutokselle alttiita. (Vilka 2015, 160.)

Asian merkitys on se mitä asia tarkoittaa. Tämä on vaistomainen reaktio ja ymmärrysmalli, kun merkityksestä puhutaan. Todellisuus on sosiaalisesti konstruoinut, eli se rakentuu merkitystulkintoista, joiden nojalla ihmiset orientoituvat arkielämässään. Merkitys kuuluu osaksi kulttuuritutkimusta. Merkitystä tutkiessa, kyseessä on metodi, jossa poikkeavuutta tai ilmiötä tutkitaan tarkastelemalla jonkun normaalin arjen, sekä vallitsevan yhteiskuntaelämän merkitysvälitteisyyttä. (Alasuutari 2001, 59 – 60.)

Merkityksen tutkiminen sekä käsitteen selittäminen on moni näkemyksellinen asia. Asiasta tulee merkityksellisiä suhteita ihmisen kulttuuriin sekä tapaan selittää ympärillä ja elämässään tapahtuvia asioita. Fenomenologisessa lähestymistavassa taas todellisuus näyttäytyy monimerkityksellisenä. Yksilön kokemus muotoutuu tietynlaiseksi aina tiettyssä ajassa ja paikassa sekä sen merkityksenannon kautta, mitä hänellä missäkin tilanteessa on. (Vilka 2015, 161.)

Tässä tutkimuksessa merkitys tarkoittaa sitä, miten yksittäinen ihminen kokee omasta näkökulmastaan digitaalisen pelaamisen. Kuinka hän itse sanoittaa oman teon, eli pelaamisen merkityksen suhteessa yhteiskuntaan ja vallitsevaan pelaamisen kulttuuriin. Lähtökohtana on ollut oman itsensä kokeminen pelaavana nuorena ja oman elämän kokemus pelaamisesta ja sen siihen tuoma sisältömerkitys. Asetin raamit keskusteluille, mutta muutoin nuoret kertoivat vapaasti omin sanoin ja omalla ymmärryksellään pelaamisen merkityksestä. Merkitys on siis tässä tutkimuksessa heidän oma käsityksensä merkityksestä ja sitä kautta oma käsitys pelaamisen merkityksestä.

3.5 Case – tutkimuksen piirteitä

Case – tutkimuksen kohteena on tämänhetkinen ilmiö. Tutkimus toteutetaan luonnollisessa ympäristössään ja usein tiedonkeruuseen käytetään monia tietolähteitä. Etnografisessa tutkimuksessa kohteena on ryhmä, jonka toimintaa pyritään ymmärtämään. Case – tutkimuksen ja laadullisen tutkimuksen välinen ero on vähäinen. Edellä mainitussa käytetään kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmiä. Erona on se, että case – tutkimuksessa ongelmaa ei pyritä ratkaisemaan yhdellä tutkimusmenetelmällä. Tiedonkeruussa ja aineiston analysoinnissa tarvitaan useita menetelmiä. (Kananen 2013, 54 – 56.)

Case – tutkimuksen yhteydessä puhutaan usein ilmiön syvällisestä ymmärtämisestä ja samalla saamaan kokonaisvaltainen kuva kyseessä olevasta ilmiöstä (Kananen 2013, 57). Tapaustutkimuksia luonnehtiessa, useimpia niistä yhdistää seuraavaksi kerrotut seikat. Niiden tarkoitus on luoda kokonaisvaltainen analyysi luonnollisesti ilmenevästä tapauksesta. Tutkimus on kiinnostunut sosiaalisista prosesseista, ja niiden tutkimisessa käytetään useanlaisia aineistoja sekä hyödynnetään aiempia tutkimustuloksia. (Laine, Bamberg & Jokinen 2007, 10.)

Tapaustutkimusta tehdessä yksi tärkeimmistä kysymyksistä on, että mitä voimme oppia tapauksesta. Samoin se vastaa kysymyksiin miten ja miksi, koska tapaustutkimus käsittelee usein pitkään jatkuvia ilmiöitä. Tutkimuksen päämääränä on lisätä ymmärrystä tutkitavasta tapauksesta ja usein tutkijaa ajaa eteenpäin tunne siitä, että tapaus on jollain lailla tärkeä. (Laine, Bamberg & Jokinen 2007, 10.)

Tutkimukseni taustalla on tutkijan oma kiinnostus ilmiöön ja siihen liittyviin tapauksiin. Tutkimuksen taustalla on aiempaa tietämystä, jonka pohjalta on muodostunut tutkimuskysymykset. Menetelmä, eli teemahaastattelu, on valittu tiedonkeruuksi ja siitä saatu aineisto on vuoropuhelussa niin teorian, aiempien tutkimusten, kuin tutkijan tietojen ja havaintojen kanssa. (Laine, Bamberg & Jokinen 2007, 26 – 27.)

Liitin case – tutkimus aspektin tutkimukseeni, koska olen havainnoinut ja tutustunut haastateltaviini jo ennestään hyvin. Olen työskennellyt haastateltavien kanssa keskimäärin 21 kuukautta, eli melkein kaksi vuotta. Olemme tavanneet lähes päivittäin ja olen havainnoinut heidän elämäänsä ja pelitapojaan ohimennen koko tuon ajan. Tästä johtuen taustalla on suhde, joka oli luottamuksellinen jo valmiiksi. Tulkitsen, että tutkimukseni ylittää kvalitatiivisen tutkimuksen rajan, vaikka laadullinen tutkimus onkin. Teemahaastattelut ovat virallinen aineistoin keruutapa, mutta taustatietona on hyvä huomioida pitkäaikainen tuntemiseni haastateltavien kanssa.

3.6 Sisällönanalyysi

Laadullisessa tutkimuksessa aineiston elämänläheisyys tekee analyysivaiheesta mielenkiintoisen. Yleensä tutkija ei pysty hyödyntämään kaikkea keräämäänsä, eikä kaikkea materiaalia ole edes tarve analysoida (Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 2010, 225). Tähän tutkimukseen on valittu aineistosta ne kohdat, jotka vastaavat kolmeen pääkysymykseen.

Sisällönanalyysi on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää laadullisessa tutkimuksessa. Sillä voidaan tarkoittaa kirjoitettujen ja kuultujen aineistosisältöjen analyysiä väljänä teoreettisena viitekehystenä. (Tuomi & Sarajarvi 2009, 91.)

Aineistolähtöiseen sisällönanalyysiin kuuluvat aineiston redusointi eli pelkistäminen. Data on auki kirjoitettu niin, että epäoleellinen on karsittu pois esimerkiksi tiivistämällä tai pilkkomalla osiin. Seuraavaksi aineisto klusteroidaan, eli ryhmitellään. Siinä koodattu alkuperäisilmaisut käydään tarkasti läpi ja etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Samaa asiaa tarkoittavat käsitteet ryhmitellään ja yhdistetään luokaksi sekä nimetään luokan sisältöä kuvaavalla nimikkeellä. Sen jälkeen tutkimuksen kannalta oleellinen tieto erotetaan, eli abstrahoidaan. Siinä tutkimuksen kannalta oleellinen tieto erotetaan, jonka perusteella muodostetaan teoreettinen käsitteistö. Abstrahointia jatketaan yhdistelemällä

luokituksia niin kauan kuin se aineiston näkökulmasta on mahdollista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109 – 111.) Alla (Kuvio 1) on kuvattu sisällönanalyysin prosessi.



Kuvio 1. Aineistolähtöisen sisällönanalyysin eteneminen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109).

4 PELAAVIEN POIKIEN KOKEMUKSIA PELAAMISESTA

”Pelaaminen on yhteistä tekemistä, josta ei tule krapulaa. Kavereita ei tarvitse nähdä kasvotusten, jos on ujo mies, vaan voi olla sosiaalinen, ilman että on konkreettisesti samassa paikassa kenenkään toisen kanssa. Toisaalta se harmittaa, että ”nähdään” vain pelimaailmassa. Mutta on se parempi, kuin olla aina aivan yksin.”

Aineiston kuvaileminen on analyysin perusta. Sillä pyritään kartoittamaan aineiston ja henkilöiden ominaisuuksia. Kuvaileminen voi olla heikko kuvaus, jossa esitetään pelkästään tutkittavan aineiston faktapohja. Tutkija ikään kuin antaa aineiston puhua puolestaan. Näin ollen haastateltavat esittävät omat näkemyksensä omin sanoin. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 145.)

Pelaavat pojat pelaavat digitaalisia pelejä päivittäin, ja aikaa niiden parissa kuluu 4 – 14 tuntia. Keskimäärin aikaa pelimaailmassa kuluu päivittäin noin kahdeksan tuntia. Haastateltavat sanoivat aloittaneensa pelaamisen jo lapsina, keskimäärin noin kuusi vuotiaana. Yksi vastaajista kertoi aloittaneensa pelaamisen jo ”nappulana” ja toinen ”pienenä”. Numeraalista arvoa he eivät antaneet.

Kun haastatteluiden lopuksi kysyin, että pelaavatko he vielä kahdenkin vuoden päästä, niin kaikki vastasivat, että kyllä, he pelaavat digitaalisia pelejä myös silloin.

4.1 Tutkimuksessa esiin nousseet pelaamisen hyödyt

”Onnellisuutta, sitä pelaaminen tuo elämään! Se on paras mahdollinen ajanviete ja saa innostumaan. Kun on tylsää, uppoutuminen pelihahmon pirteään elämäntyyliin, sai lapsuudessa omankin olon pidettyä edes jollakin tapaa pirteänä. Pelaaminen oli pelastava tekijä. Unohtaa, että kyseessä on vain peli.”

Nuoret, 10 – 15 vuotiaat, jotka pelaavat digitaalisia pelejä noin tunnin päivässä, ovat Oxfordin yliopiston tutkimuksen mukaan sosiaalisempia ja onnellisempia kuin ne, jotka eivät pelaa lainkaan (University of Oxford 2014). Ikähaitarin toista päätä tarkasteltuna, Pohjois-Carolinan yliopiston julkaiseman tutkimuksen mukaan, johon haastateltiin 140

yli 63 – vuotiasta, he jotka pelasivat videopelejä edes toisinaan, voivat paremmin ja olivat onnellisempia (Psychcentral 2013).

”On hienoa, että pelaaminen alkaa yleistyä harrastuksena ja tapana. Ennen joutui häpeilemään sitä, että pelaa. Nyt siitä voi jutella kavereiden ja uusienkin tuttavuuksien kanssa. Peleistä voi löytää saman henkisiä ihmisiä, joiden kanssa jakaa intohimon. Se on nykyisin hyväksytty harrastus.”

Pelaaminen harrastuksena on nykyisin merkittävä osa monen aktiivisesti pelaavan identiteettiä (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 34). Pelaaminen on hyvä ja sosiaalinen harrastus. Peliharrastusta voi seurata ja tukea ihan kuin mitä muuta tahansa harrastusta. Läheisen ja vanhemman on hyvä olla kiinnostunut pelaamisesta aktiivisesti ja tiedettävä peleistä ainakin sen verran, että tuntee pelien ikärajat ja sen, että mitä peliä nuori pelaa. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 51 – 52.)

Suomen elektronisen urheilun liitto jakaa pelaamisen ammattipelaamiseen ja harrastepelaamiseen. Pelaamista harrastavalle pelaaminen on ensisijaisesti viihdettä, joka mahdollistaa irtioton arjesta. Harrastepelaaja voi pelata joko muutamia tunteja silloin tällöin, tai sitten harjoitella esimerkiksi oman joukkueensa kanssa päivittäin. Ammattimaiseksi pelaaminen menee silloin, kun pelaamiseen liittyy sopimus ulkopuolisen tahon kanssa. (SEUL ry 2015.)

Pelata voi joko yksin kotoa käsin tai osallistua tapahtumiin, jotka tarjoavat mahdollisuuden pelata porukalla. LAN-tapahtumissa järjestettävät peliturnaukset ovat monien harrastajien ensimmäinen kosketus vakavampaan elektroniseen urheiluun. Siellä voi tavata myös saman henkisiä pelaajia. Monet peliharrastajat vierailevatkin aktiivisesti näissä tapahtumissa. (SEUL ry 2015.)

”Pelaaminen yhdistää ihmisiä. Pelien kautta löytyy kavereita, joista voi tulla jopa ystäviä, joita tapaa virtuaalimaailman lisäksi ihan oikeassakin elämässä.”

Verkkopelaaminen tuo eri-ikäiset nuoret ja aikuiset yhteen. Muuttuva ja uudistuva teknologia on muuttanut tapaamme harrastaa. Pelaamisesta on tullut globaalimpaa ja sosiaalisempaa. Usein verkossa pelatessa pelikaveriksi tai – vastustajaksi asettuu täysin vieras

ihminen. Näin voi löytyä uusia ystäviä sekä samalla maailmankuva laajenee kommunikoitaessa eri puolella maailmaa asuvien ihmisten kanssa. Tällainen yhdessä muiden kanssa pelaaminen ja yhteisöissä mukana oleminen rikastuttavat elämää. (SEUL ry 2015.)

Raja pelimaailman ja oikean elämän välillä häviää, koska yhä suurempi osa arkisesta vuorovaikutuksesta tapahtuu internetin välityksellä. Samoin pelikavereiden ja ulkopuolisen maailman kaveripiirin raja häilyy, sillä usein samojen kavereiden kanssa pelataan pelejä ja ollaan tekemisissä muutoinkin. Joko on tunnettu ennen peleihin menoa tai sitten pelikaverista on tullut reaaliaikaisen maailman kavereita. Peleissä voi muodostua hyviä ystävyyssuhteita. Pelimaailma luo siihen monimuotoisen pohjan, mitä arkielinympäristö ei välttämättä muodosta. Tämä johtuu siitä, että hyvin monen ikäiset ja taustaiset ihmiset pelaavat yhdessä. (Meriläinen 2014.)

”Pelaamisen kautta oppii niin englanninkieltä kuin muita hyödyllisiä taitoja. Englantia ei paljoa tullut koulussa luettua, mutta pelien kautta sen oppi aika hyvin.”

Pelimaailmassa ei kansallisuudella, äidinkiellellä tai ihonvärillä ole väliä. Kun yhteiseksi kieleksi muodostuu usein englanti, ovat kulttuurirajat valmiita ylitettäväksi. (Meriläinen 2014.)

Olli Uuskosken Pro gradu – tutkielma käsittelee lukiolaisten englannin kielen arvosanojen ja luokkahuoneen ulkopuolella pelattujen videopelien yhteyttä. Tutkielmassa esitetään kielitieteellisiä perusteita sille, miksi videopelien pelaaminen saattaisi kehittää pelaajan englannin kielen taitoja. Aktiivisimmista pelaajista 70 prosenttia oli sitä mieltä, että pelaaminen on kehittänyt heidän taitojaan todella paljon. Pelaamisen määrä oli vahvasti yhteydessä siihen, miten paljon ja kuinka monella osa-alueella kielitaidon katsottiin parantuneen pelaamisen seurauksena. (Uuskoski 2011, 2.)

Samaisessa tutkimuksessa todetaan johtopäätöksenä, että yhteys hyvien englannin arvosanojen ja videopelien pelaamisen välillä on kiistämätön. Tutkijoita ja opettajia kehoitetaan tutkimuksen tulosten perusteella tunnustamaan videopelien kiistaton merkitys oppilaille ja heidän englannin kielen taidoilleen. (Uuskoski 2011, 2.)

”Pelatessa ei tule liikojia mietittyä eikä synkisteltä liikaa. Se on hauskaa ja kivaa touhua. Se tuottaa mielihyvää sekä onnistumisenkokemuksia. Pelaaminen on hyvää ajankäyttöä ja hyvä harrastus.”

Pelit tarjoavat pelaajalle erilaisia haasteita ja niiden kautta myös onnistumisen kokemuksia. Tämä eroaa esimerkiksi kirjoista ja elokuvista, jotka ovat myös tapa viettää vapaa-aikaa. Moninpelattavat pelit puolestaan tarjoavat mahdollisuuden sekä kilpailla toisten pelaajien kanssa paremmuudesta, että yhdessä pelaamalla saavuttaa jaettuja, voimakkaita onnistumisen kokemuksia. Onnistuminen pelissä tuottaa positiivisia tunteita, jotka puolestaan edistävät ihmisen henkistä hyvinvointia. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 35 – 36.)

”Peleissä oppii ratkaisemaan pulmia ja aivot kehittyvät, kun miettii mitä seuraavaksi pitäisi pelissä tehdä.”

Pelaamisen kognitiivisiksi hyödyiksi eritellään muun muassa mielen virkeys sekä kykyä sopeuttaa ajattelua ja vaihtaa ajatusmallien ja käsitteiden välillä nopeasti. Pelaamisessa myös kyky ajatella useita asioita samanaikaisesti lisääntyy ja harjaantuu, varsinkin pelattaessa ensimmäisen persoonan ammuntapelejä (FPS). Luova ongelmien ratkaisutaito kehittyy, tilan ymmärrys paranee, ja samoin kuin strateginen ajattelu. (Granic, Lobel ja Engels 2014.)

Pelaamisesta on myös motivoivia hyötyjä. Peleissä palkitaan siitä, että suorittaa hyvin jonkun tehtävän. Pelissä etenee, kun toimii hyvin tiiminä ja rakentaa toimintansa järkevästi. Tämä opettaa nuorelle ja lapselle myös älykkyyttä, joka painottaa nimenomaan toimintaa, eikä pelaajan ominaisuutta. Samanlainen toimintakuvio jää pelaajan mieleen reaalielämäänkin. Kun hän saa palkinnon tekemisestään, se rohkaisee jatkossakin toimimaan päämäärätietoisesti. Kun lapsi tai nuori kokee onnistumisia ja etenemistä pelimaailmassa, hän saa hyvänmielen kokemuksia, jotka puolestaan vahvistavat itsetuntoa ja omakuvaa. (Granic, Lobel ja Engels 2014.)

4.2 Tutkimuksessa esiin nousseet pelaamisen haitat

”Pienempänä se harmitti, kun vanhemmat rajoittivat pelaamista. He eivät tieneet, mistä pelaamisessa on kyse. He pyysivät lopettamaan kesken pelin ja se harmitti ja siitä tuli paha

mieli. Ei heille edes viitsinyt selittää, miksi pelaamista ei voinut lopettaa kesken, juuri silloin kuin he sanovat. He eivät ymmärtäneet miltä tuntui se, kun rajoitettiin ja kiellettiin. He eivät ymmärtäneet, että se pelaaminen, oli paras mahdollinen ajanviete. Pelaaminen oli pelastava tekijä silloin, kun oli lapsi. Sitäkään eivät vanhemmat tienneet tai ymmärtäneet. Heidän mielestään oli virhe edes hommata pelikone.”

Jos pelaamisen rajoittaminen aiheuttaa voimakkaita negatiivisia tunnereaktioita, voi olla kyseessä ongelmallinen pelaaminen. Se ei useimmiten näy päällepäin, mutta muutamia merkkejä voi havainnoida ja sitä kautta päästä ongelmasta perille ja keskustelemaan asiasta. Pelaamisen ongelmallisuutta arvioitaessa tulee ottaa huomioon pelaajan koko elämäntilanne. Yksittäisten ongelmaan viittaavien havaintojen kautta ei ole syytä tehdä lopullisia ratkaisuja. Pelaamiseen liittyvät ongelmat voivat näyttäytyä arjessa monella tavalla, eivätkä toiselle samat merkit tarkoita samaa kuin toiselle. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 103.)

Koneen äärellä vietetään paljon aikaa ja tauot unohtuvat. Pelimaailman ulkopuoliset sosiaaliset suhteet, koulussa käynti ja harrastukset jäävät pois tai vähenevät. Pelaamattomuus aiheuttaa levottomuutta ja ärtyisyyttä ja se sekoittaa vuorokausirytmien. Nämä voivat olla esimerkki merkkejä liikapelaamisesta. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 103.)

”Joskus on tullut pelattua niin, että ei ole mennyt kouluun. On tullut pelattua koko yö, tai sitten vain jäi aamulla kotiin pelaamaan. Koulusta oli myös kiire kotiin pelaamaan. Silloin läksyt jäivät tekemättä. Toisen asteen opinnotkin ovat keskeytyneet pelaamisen takia.”

Vuosina 2010 – 2011 toteutetun Kouluterveyskyselyn mukaan ammatillisen koulutuksen keskeytti yhdeksän prosenttia ja lukiokoulutuksen neljä prosenttia nuorista. Kyselyyn vastasi 192 414 perusopetuksen kahdeksannen ja yhdeksännen luokan oppilasta sekä lukioiden ja ammatillisten oppilaitosten ensimmäisen ja toisen vuosiluokan opiskelijaa. (Halme 2012, 14.)

Osalla koulun keskeyttämisen syynä on putoaminen koulutusmarkkinoilta, kun taas toisilla on enemmänkin kyse koulutuksen pysäyttamisestä ja jossain vaiheessa vaihdosta toiseen koulutukseen. Aikaisempien tutkimusten perusteella löytyi 21 koulun keskeyttämiseen yhteydessä olevaa tekijää. Nämä liittyivät nuoreen itseensä, hänen henkilökohtaisiin taustoihin, kouluun ja käyttäytymiseen, tai hänen perheeseensä ja sosioekonomisiin

taustoihin. Näistä 21 syystä, joita ovat muun muassa humalajuominen, tupakointi, masentuneisuus tai muuten alhainen terveydentila, opiskelun turhuustunne tai että nuorella on vaikeuksia keskustella vanhempiensa kanssa, liika pelaaminen ei tule mainituksi lainkaan. (Halme2012, 14.)

”Kyllä siinä saattaa mennä ajantaju! Kun aloittaa aamulla herättyään ja sitten seuraavaksi onkin jo ilta kahdeksan. Ei meinaa pystyä lopettamaan ollenkaan. Kotityöt jäävät tekemättä, syöminen unohtuu, samoin oma hygienia on kärsinyt. Pela-
tessa ei aina muista pitää huolta itsestään.”

Pelaamiseen kiinni jäänyt kärsii unihäiriöistä sekä esimerkiksi epäsäännöllisistä ruokailutavoista. Pelaaminen vie aikaa muilta arjentoiminnoilta, kuten ulkoilulta ja töiltä. Pahimmillaan pelaaja voi irtautua normaaleista arjenrutiineista jopa niin, että unohtaa syödä. (Lehtonen 2010, 72 – 74.)

”Pelaamisesta aiheutuu selkävaivoja, kun istuu paljon. Tuoli on huono, ja kun ei tule tehtyä mitään jumppaliikkeitä. Ryhti painuu koko ajan alaspäin.”

Paula Hakalan Tampereen Yliopistolla 2012 valmistuneen väitöskirjan mukaan nuorten selkä ja niska-hartiakivut ovat lisääntyneet kolmen viime vuosikymmenen aikana. Viidesosa vastanneista pojista on potanut niskakipua vähintään kerran viikossa viimeisen puolen vuoden aikana. Tutkimus perustuu Kouluterveyskyselyyn vuosilta 1996 - 2001 ja siihen osallistui tutkimusvuosina yhteensä 145 707 nuorta. (Hakala 2012, 9.)

Pitkään tietokoneen äärellä istuminen ja pelaaminen aiheuttavat selkä- ja niskakipujen lisäksi ranteen hermovaurioita sekä päänsärkyä ja silmäoireita, kuten silmien kuivumista (Lehtonen 2010, 74). Työelämässä tehdyissä tutkimuksissa on havaittu, että säännöllisillä lyhyillä tauoilla ja venytysharjoituksilla voidaan vähentää lihasperäisiä kiputiloja tietokone työskentelyssä (Hakala 2012, 46).

”Pelaamiseen menee myös liikaa rahaa. Ei sitten jäänyt rahaa ruokaan eikä laskuihin ja tuli velkoja. Bussikortti jäi ostamatta, kun uusi peli oli juuri julkaistu ja se piti ostaa.”

Peleissä sisällä oleva omaisuus on omistajalleen samanlainen asia kuin fyysisen esineen omistaminen todellisessa maailmassa. Virtuaalinen omaisuus voi tehdä pelikokemuksista vieläkin nautittavamman. Monet virtuaaliesineet mahdollistavat paremman menestyksen

pelimaailmassa sekä ne voivat avata uusia sisältöjä peliin. Osa näistä ominaisuuksista hankitaan todellisella rahalla. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 16.)

Pelaajat voivat myös myydä virtuaalista omaisuutta toisilleen oikealla rahalla. Tätä toimintaa kutsutaan kansainvälisesti nimellä ”real money trade”, RMT. Virtuaalisessa peleihin liittyvässä kaupankäynnissä on vaaroja, ihan niin kuin muussakin kaupanteossa. Huijatuksi voi joutua, mutta hyvällä harkinnalla tehtyä RMT-hankintaa ei kannata pitää sen oudompana asiana kuin muutakaan ostosta. Jos ostamisesta tulee taloudellisia vaikeuksia tai pakonomaista, siitä on syytä huolestua. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 16 – 17.)

2010-luvulla niin sanottu Free to Play -verkko- ja mobiilipelit ovat huolestuttaneet. Ne ovat periaatteessa ja alkuunsa ilmaisia, mutta pitemmän päälle pyrkivät houkuttelemaan pelaajansa käyttämään niihin oikeaa rahaa. Samalla tulee huomioida, että oikean rahan käyttö virtuaaliomaisuuteen ei ole mitenkään outoa, uutta tai epäterveellistä. Usea meistä ostaa katoavia elämyksiä, kuten esimerkiksi konsertti- tai elokuvalippuja. Niihin verrattuna digitaalinen esine pelissä, on paljon pysyvämpi hankinta. On hyvä huomioida myös se seikka, että myös pelit synnyttävät oheistuotteita, elokuvien ja musiikin ohella, joita hankkimalla ihmiset osoittavat olevansa faneja. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 17.)

”Sitten jos ei osaakaan nauttia pelaamisesta. Jos pelit alkavat liikaa hallitsemaan elämää.”

Eräässä AMK- tasoisessa opinnäytetyössä on systemaattisen kirjallisuuskatsauksen kautta tutkittu nuorten digitaalisten pelien ongelmapelaamista. Se on tutkimuksen mukaan yhä yleisempää ja liiallinen pelaaminen on nuoren mukaansa viedessään vakava ongelma. Ongelmapelaaminen vaikuttaa usein kokonaisvaltaisesti nuoren hyvinvointiin, niin fyysiseen, psyykkiseen, kuin sosiaaliseenkin. Ongelmapelaaminen vaikuttaa usein haitallisesti keskeisiin nuoren elämän eri osa-alueisiin, kuten uneen ja koulunkäyntiin. (Forsberg & Vehkaoja 2013, 6.)

Ongelmapelaamisen vaikutuksista nuoren hyvinvointiin muodostui samaisen tutkimuksen mukaan kymmenen alakategoriaa. Vaikutukset ulottuvat muun muassa ongelmapelaamisen vaikutukseen käytökseen, ongelmapelaamisen vaikutukseen ystävyys-suhteisiin sekä harrastuksiin ja ongelmapelaamisen vaikutuksiin perhesuhteisiin ja koulunkäyntiin.

(Forsberg & Vehkaoja 2013, 41.) Pelimaailma voi viedä hyvin kokonaisvaltaisesti mukanaan.

”Jos pelissä purkaa omia ongelmiaan tuntemattomille ihmisille ja jos on jotain ongelmia, joista voisi aggressiivisuus jäädä päällä, joita sitten purkaa pelimaailmaan. Se ei sovi. Tiettyssä tilassa ja mielenterveydellisessä olotilassa todellisuudentaju voi mennä suttuiseksi, kun pelaa paljon. Jos on pakko voittaa tiimipelissä, niin yhteistyö ei toimi. Pelissä saattaa sanoa jotain, mikä menee välillä liian rajuksi. Jos peli ei suju, siitä tulee negatiivinen olo.”

Pelien yhteyttä aggressiiviseen käyttäytymisen sekä toisaalta myös aggressioiden purkuun, ovat paljon keskustelua herättäviä aiheita. Esimerkiksi The Guardian – brittilehti julkaisi jo 2008 artikkelin ”I’m game for Grand Theft Auto. You should be too” ja pohti siinä muun muassa sitä, että väkivaltaisissa peleissä aggressioiden purkaminen voi olla rentouttavaa ja jopa terveellistä. Verrattuna siihen että niiden usein uskotaan olevan sairaita ja murhanhimoa herättäviä. (Bennet 2008.)

Toisaalta väkivaltaisten tietokone- ja videopelien osuus lasten ja nuorten aggressiivisessa käyttäytymisessä putkahtaa esiin aina uusia tutkimuksia julkistettaessa tai nuorten ollessa väkivallantekijöinä. Kuten esimerkiksi Kanadalaisen Brockin Yliopiston tutkimuksen mukaan väkivaltaisia videopelejä vuosia harrastaneiden nuorten käytös kanssaihmiisiään kohtaan muuttuu aggressiivisemmaksi. Tutkimukseen osallistui 1492 nuorta ja he olivat iältään 14 - 15-vuotiaita. Tutkimuksen tutkijat olivat huolissaan havainnosta, jonka mukaan väkivaltaiset videopelit saattavat voimistaa käsitystä, että hyökkäävä käyttäytyminen on tehokas ja sopiva tapa kohdata konfliktitilanteita ja vihatunteita. Tutkimustulokset viittasivat myös siihen, että väkivaltaisten videopelien harrastajat saattavat reagoida muita todennäköisemmin aggressiivisesti esimerkiksi siihen, että joku törmää heihin vahingossa. (Daily Mail 2012.)

Toisaalta taas Richard Rayanin tutkimus vuodelta 2014, josta julkaistiin artikkeli Rochesterin Yliopiston Newscenterissä, osoittaa, että mikä tahansa peli voi laukaista aggressiivisen käyttäytymisen. Siihen johtaa ennemminkin pelissä turhautuminen, kuin se, että onko peli sisällöllisesti väkivaltainen. (Newscenter 2014.)

”Pelaamalla paljon, erakoituu normielämästä. Silloin ei paljoa liiku ulkomaailmassa. Kun ei näe kavereita oikeasti, vaikka niin haluaisi, olo on yksinäinen.”

Pelimaailmaan voi paeta yksinäisyyttä. Mutta jos käykin toisin päin, pelaaminen erakoittaa ja tappaa viimeisetkin siteet ulkomaailmaan. Yksinäisyys on raskasta, sillä jokainen kaipailee ystäviä ja toisten hyväksyntää. Yksinäisyys voi olla ahdistavaa ja tuskaista. Samoin ryhmän ulkopuolelle jääminen satuttaa ja aiheuttaa tunteen, että ei tule hyväksytyksi. Yksinäisyyttä saatetaan hävetä ja se voi tuntua pelottavaltakin, eikä siitä välttämättä kerrota. (Mielenterveyden keskusliitto 2015.)

”Sitten kun jää yksin pelien kanssa, se muodostuu riippuvuudeksi. Pelaamiseen ja pelimaailmaan addiktoituu. Riippuvuus, on vaikea sanoa totuutta ja puhua siitä asiasta. Se on henkilökohtaista.”

Suurimmalle osalle pelaajista pelit ovat hauskaa ajanvietettä ja yhdessä tekemistä kavereiden kanssa. Joillekin pelit kuitenkin aiheuttavat eritasoisia haittoja. Suomessa, kuten muuallakaan maailmassa, ei ole vakiintuneita käytäntöjä digipeliongelmien tunnistamiselle tai määrittämiselle. Kansainvälisissä tautiluokituksissa eivät ongelmallinen digitaalinen pelaaminen tai digipeliriippuvuus vielä toistaiseksi esiinny omina diagnooseinaan. Tämä siksi, että riittävää tutkimuksellista näyttöä ei ole ollut saatavilla. Digitaalisesta pelaamisesta ja sen aiheuttamista ongelmista ei ole Suomessa tehty väestötasoisia tutkimuksia. Tällöin tarkkaa tietoa ilmiön laajuudesta ei ole. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 99.)

4.3 Pelaamisen merkitys pelaaville pojille

Vuonna 2014 Jyväskylän ammattikorkeakoulussa tehdyn opinnäytetyö tutkimuksen mukaan, jossa tutkittiin kutsunta- ja varusmiespalvelusikäisten miesten kokemuksia digitaalisesta pelaamisesta, pelaamisen merkitys ja motiivit jakautuivat neljään eri kategoriaan. Motiivia loivat niin pelin sisällöllisiin asioihin liittyvät seikat, kuten halu kehittää hahmoa tai päästä tarinassa eteenpäin, sosiaaliin suhteisiin liittyvät asiat, sekä pelaamisen mielekkyyteen ja hauskanpitoon liittyvät seikat. (Kosunen & Laakso 2014, 41.)

”Kun ei ollut kavereita koulussa, eikä koulun jälkeen mitään muuta tekemistä, niin pelasini. Kun masensi ja oli yksinäinen

olo, niin pelasin. Kun sitten uppouduin pelimaailmaan, niin se piristi minua.”

Pelimaailma voi tarjota paikan paeta huolia tai yksinäisyyttä. Kun muiden koulussa kiusaama nuori menestyy virtuaalimaailmassa, se nostaa itsetuntoa. Kun olet pelissä arvostettuna yhteisön jäsenenä, tuntee itsensä hyväksytyksi. On inhimillistä hakeutua tilanteisiin, joissa pärjää ja tuntee itsensä hyväksytyksi. Jos reaaliaikaisessa ei ole mitään positiivista tai onnistumisen kokemuksia tarjoavaa, voivat pelimaailma ja pelien roolihahmot viedä mukanaan. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 102.)

”Se oli se pelastava tekijä lapsena. Se merkitsee paljon! Hankala pukea sanoiksi, mutta paljon se merkitsee! Pelaaminen auttaa masennukseen. Silloin ei jää liikaa murehtimaan.”

Usein pelimaailmaan uppoutuminen ja todellisuuspako nähdään negatiivisena asiana. Monelle pelaajalle kyseessä on kuitenkin enemmän hyvinvointia edistävä ja stressiä vähentävä toiminta. Pelaaja saa itse määrätä omat tavoitteensa pelimaailmassa. Se on uutta monelle, sillä usein pyritään vastaamaan esimerkiksi vanhempien asettamiin tavoitteisiin. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 36.)

”Mielikuvitusta. Se merkitsee sitä. Peleissä käytetään sitä paljon ja se on hienoa! Tuntuu, että seikkailisi itse pelimaailmassa hahmona, yhdessä kavereidensa kanssa. Se on nautittava tunne. Pelaaminen on kokonaisuus, joka piristää. Se rikastuttaa omaa mieltä. Kun on peli-intoilija, kokonaisuus tekee vaikutuksen; musiikit, grafiikat ym. Hahmo on kuin toinen minä. Kun eläytyy peliin, pääsee pakoon näitä murheita mitä on täällä todellisuudessa. Se lisää mielikuvitusta ja saa aikaan lapsellisen olon, hyvällä tavalla.”

Lasten, 10 – 12 vuotiaiden pelaamista tutkittaessa, pelihahmot nousivat merkittäviksi seikoiksi pelejä pelatessa. Erilaiset hahmot lisäävät pelijännitystä sekä pelin kiehtovuutta. Seikkailu ja uudet pelimaailmat olivat lasten mielestä keskeisiä hyvän pelin osa-alueita. Eräs keskeisin vetovoima peleissä on se, että niissä on mahdollisuus tehdä ja ratkaista itse. Toki voittaminenkin on monelle tärkeää, kuten myös eteneminen ja pienten voittojen saavuttaminen. (Ermi, Heliö & Mäyrä 2010, 29 – 30.)

Pelien muodostama mielikuvitusmaailma on tärkeää. Maailmat, joissa voi liikkua vapaasti, löytää uusia paikkoja ja keräillä jotain matkan varrella, ovat parhaita. Mitä erilaisempia mahdollisuuksia maailma tarjoaa, sitä perempi se on. Kun peli on hyvin pelattava,

tasot ovat tarpeeksi haastavia ja tehtävät, sekä pelimaailman nivoutuvat toisiinsa, siihen kiteytyy pelien vetovoima. (Ermi, Heliö & Mäyrä 2010, 31.)

”Pelaaminen merkitsee sitä, että saa kavereita ja peliseuraa. Sieltä voi jopa löytää ihmisiä, joiden kanssa juttelee joka päivä, muustakin kuin peleistä.”

Perinteiseen stereotyyppiseen ajatukseen siitä, että pelaaja olisi epäsosiaalinen, yksin sohvalla kolaa juova nuori mies, on tullut muutos. Yli 70 prosenttia pelaajista pelaa jonkun kanssa, joko yhteistyössä tai vastaan. Esimerkiksi World of Warcraftilla, maailman suosituimmalla moninpelattavalla online - roolipelillä on 12 miljoonaa maksavaa tilaajaa. (Granic, Lobel ja Engels 2014.)

Digitaaliset pelit ovat niin sosiaalisen vuorovaikutuksen aihe kuin alusta. Pelaaminen kehittää nuoren sosiaalisia taitoja (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 8). Digitaalisten pelien pelaaminen on sosiaalinen aktiviteetti niin pelien, kuin niiden ympärille kasvavan yhteisön vuoksi. Online - roolipeleissä, mitä tutkimukseeni osallistuvat nuoret suurimmaksi osakseen pelaavat, sijaitsee tuhansien pelaajahahmojen jakama virtuaalimaailma. Moninpeleissä, joissa pelaaja on koko ajan vuorovaikutuksessa toisten pelaajien kanssa, tämä sosiaalisuuden aspekti konkretisoituu. Näitä pelejä pelataan niin jo ennestään tuttujen kanssa, kuin täysin tuntemattomienkin. Osa pelaajista on toisesta maasta, näin ollen sosiaalisuus laajenee yli maantieteellisten rajojen. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 33.)

Digitaalisten pelien pelaajien keski-ikä on 37 vuotta. Yhteinen harrastus ja jaetut kokemukset kuitenkin hitsaavat ryhmää yhteen, iästä riippumatta. Virtuaalinen ympäristö mahdollistaa ryhmään kuulumisen myös sellaisille, joille se normaalisti voisi olla vaikeaa. Esimerkiksi sosiaalisilta taidoiltaan heikot, kiusatut tai syrjäseuduilla asuvat nuoret voivat saada pelien parista tärkeitä sosiaalisia kontakteja itsellensä. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 34.)

”Pelaaminen on tietynlainen elämäntapa! Ilman pelaamista en olisi minä. Se on tärkeä osa elämää! Se on tärkeää juuri sen takia, että pääsee sinne pakoon murheitani. Ne unohtuvat, kun uppoutuu pelimaailmaan.”

Elämäntapa käsitteenä kuvaa sitä, miten ihmiset elävät elämäänsä. Käsite on lähtöisin sosialistista maista, joissa 1970-luvulla pohdittiin elämäntavan muutoksia. Tuolloin sosiologit pyrkivät hahmottelemaan ihmisten elämäntapoja tulevassa kommunistisessa yhteiskunnassa. Arkielämämme heijastuu elämäntavassamme. Se muodostuu kaikista niistä toistuvista ja itsestään selviksi muodostuneista toiminnoista, jotka täyttävät ihmisten arkeen elämän. (Sosiologian peruskurssi 2015.)

Peleissä viehättää ja vetää puoleensa muun muassa sen esittelemä maailma sekä tarina, joka pelissä kerrotaan. Pelihahmoon saattaa samaistua, joko suoranaista kohteena tai roolimallina. Pelaamisen ulkopuolella merkityksellisyys, joka peleihin liittyy, voi selittyä pelaamisen oheen syntyneellä sosiaalisuudella ja yhteisöllisyydellä. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 24.)

Pelikulttuuriin liittyy paljon oheisilmiöitä, jotka vahvistavat sitä. Muun muassa fanifiktio, cosplay sekä pelivideot syventävät pelaamisen oheiskulttuuria. Fanifiktiolla tarkoitetaan yleisesti ottaen fiktiivistä tekstiä, jonka on tuottanut jonkin tietyn pelin tai pelihahmon ihailija. Cosplay on lyhenne sanoista ”costume play”. Useimmiten se yhdistetään japanilaisen piirroselokuvan ja sarjakuvan, eli animen ja mangan harrastajiin. Cosplay on esiintymistä pelin, sarjakuvan tai jonkin muun populaarikulttuurista tutun hahmon mukaan. Pelivideoille pelaajat puolestaan taltioivat joko erityisen hyviä pelisuorituksia tai pelin virheitä. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 24 – 26.)

4.4 Yhteenveto pelaamisen merkityksistä

Poimin teksteistä useimmin esiintyneet teemat, jotka selittivät mitä pelaaminen haastatteluvilleni merkitsee. Pelkistin alkuperäisilmaukset ja johdin noista pelkistyksistä neljä pääluokkaa. Pelaamisen merkityksen selittäviksi seikoiksi tutkimuksessani nousi, että se on ajanviete, masennuksen ja pahanolon itsehoitokeino, vapaa-ajan viettotapa ja harrastus, sekä tärkeä osa elämää ja pelaajan identiteettiä.

Seuraavassa on kuviolla esitettynä pelkistämisprosessi. Johdin pääluokan jo pelkistetyistä ilmauksesta, koska asiat olivat jo tarpeeksi yksiselitteisessä muodossa.

Alkuperäisilmaus

Pelkistetty ilmaus

"... eikä mulla ollu mitään leikkikavereita, niin se oli periaatteessa, että ala-aste meni niin ku siinä, että kun tulin koulusta kotiin, niin mä pelasin."

•Pelaaminen on yksinäiselle tapa viettää aikaa koulun jälkeen

"... jos mua masensi tai oli yksinäinen olo, niin mä pelasin."

•Pelaaminen on keino unohtaa ja lievittää masennusta

"Se on vaan se ajankäyttö. Siinä ainakin kuluu aika."

•Pelaaminen on tapa kuluttaa aikaa

"Hauskanpitoa!"

•Pelaaminen tuo hyvää mieltä ja iloa

"No ilman pelaamista mä en olis mä, et se on tärkeä osa elämää, se on mun toinen elämä, pääsen pakoon näitä murheita, mitä aina on."

•Pelaaminen on osa identiteettiä, tärkeä osa elämän kokonaisuutta ja pakopaikka murheelliselle ololle.

"Mä niin ku uppouduin siihen pelimaailmaan, ja sitä kautta piristin itseäni."

•Peliin uppoutuminen on tapa poistaa pahaa mieltä

"Ku oot pelaaja niin se on semmonen, että sä tykkäät tehdä sitä, se on niin ku mikä tahansa harrastus."

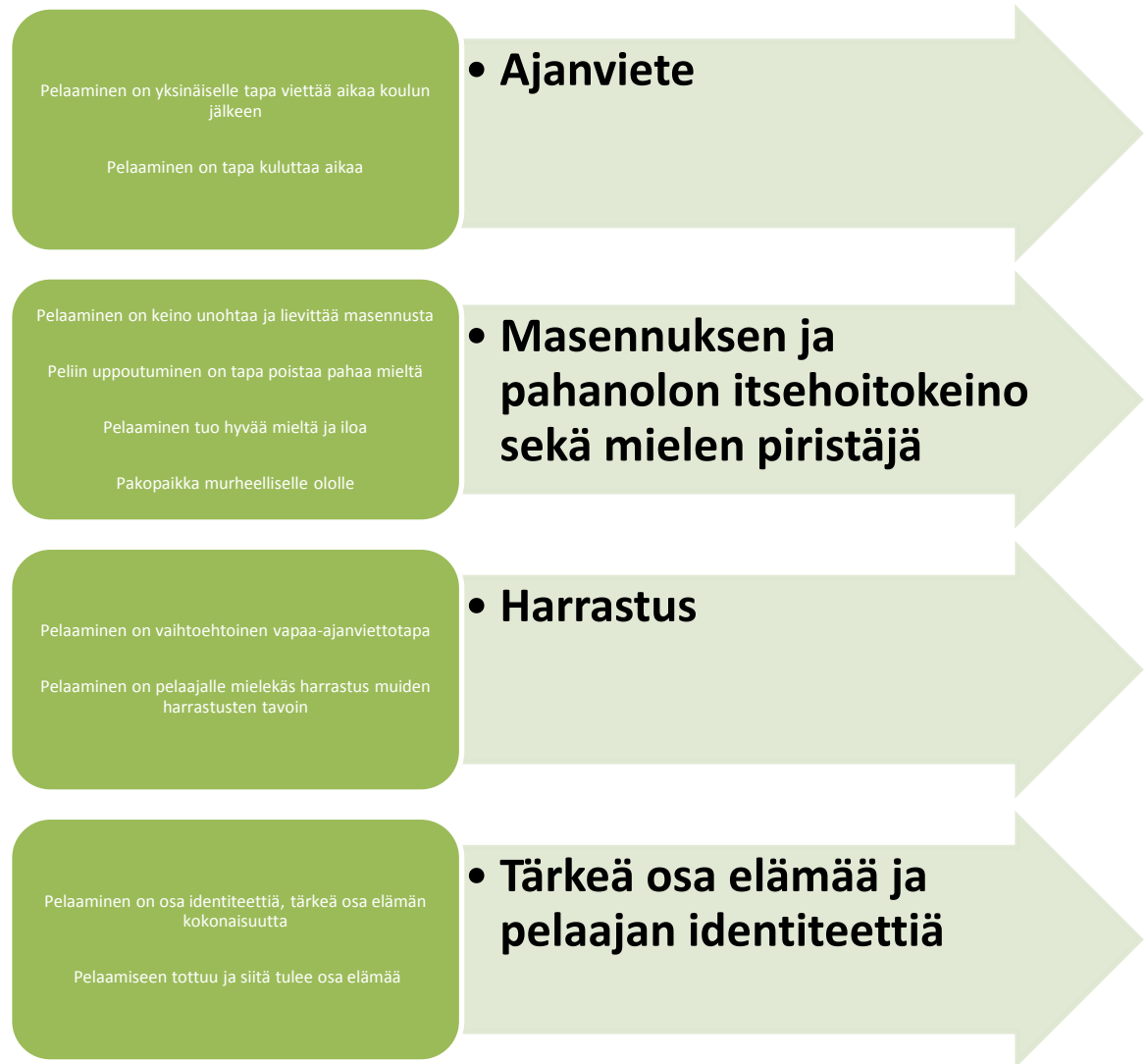
•Pelaaminen on pelaajalle mielekäs harrastus muiden harrastusten tavoin

"Se on tapa, mihin on tottunut. Se on niin ku osa elämää."

•Pelaamiseen tottuu ja siitä tulee osa elämää

"Mieluummin mä sitä teen ku menisin tuohon baariin joka lauantai ryyppään."

•Pelaaminen on vaihtoehtoinen vapaa-ajanviettotapa

Pelkistetty ilmaus**Pääluokka**

Nämä neljä aineistosta esiinnoussutta teemaa ovat olleet vahvasti esillä koko opinnäytetyöni tekemätkällä. Huomaan, että pelaaminen merkitsee tuetun asumisen läpikäyneille nuorille miehille kutakuinkin juuri sitä kaikkea, mitä pelaamisen hyödyistä on kirjoitettu. Siitä on muodostunut tapa elää ja se merkitsee heille valtavasti. He viettävät aikaa pelaamalla ja se on heille harrastus. Pelaamisen voi siis sanoa koskettavan pelaavien poikien elämää kokonaisvaltaisesti ja olevan niin sen sisältö kuin raamit.

”Jos on ottanut joku asia päähän ja harmittanut, niin pelaamisella voi saada sen pahan mielen pois. Se on sellaista, mistä tykkää. Ajanvietettä ja tapa, johon on tottunut. Pelit kiinnostavat. Pelaaminen on harrastus, ja kun olet pelaaja, tykkäät pelata. Aivan varmasti tulen pelaamaan aina. Siitä tulee hyvä mieli ja se on loistavaa ajanvietettä!”

4.5 Pelikasvatus ja kuinka kohdata pelaava nuori

Kysyin haastateltavilta myös sitä, että miten heidät tulisi pelaajina kohdata. Mitkä ovat tärkeitä seikkoja, kun puhutaan heidän pelaamisestaan ja mitkä puolestaan virheitä, joita asiaan puuttuva voi tehdä. Seuraavassa on poimittuna tärkeimpiä seikkoja tästä aiheesta.

”Ei saa antaa pelaajalle kuvaa, että ei olla ymmärtäväisiä ongelmaa kohtaan! Nykyaikuisten nuoruudessa ei ole ollut näitä pelejä. He eivät ymmärrä mistä on kyse eivätkä sitä, että millaista on pelata ja uppoutua siihen. Tietämystä ja ymmärrystä tarvitaan lisää!”

Pelit ja sosiaalinen media ovat syrjäyttäneet vanhemmille tutumman television lasten ja nuorten vapaa-ajanvietteenä. Pelaaminen on merkittävä osa tämän päivän kulttuuria ja yhteiskuntaa. Tarve pelikasvatukselle lisääntyy, mutta se on yhä lapsenkengissään. Peleistä puhutaan usein huolinäkökulmasta niin kotona, koulussa kuin julkisessa keskustelussakin. Lisäksi rakentava vuoropuhelu puuttuu, argumentointi on usein mustavalkoista ja niiden taustalla ovat voimakkaat ennakoasenteet. Pelikasvatus on merkittävä osa laajempaa mediakasvatuksen kokonaisuutta, jonka tavoitteena on antaa kaikenikäisille valmiuksia toimia osana tämän päivän tietoyhteiskuntaa. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 10 – 13.)

Tärkeintä on olla kiinnostunut kasvatettavan tai ohjattavan hyvinvoinnista. Se riittää pelikasvattajana toimimiseen. Mitään laajaa peli- tai pelaamiskulttuurin tuntemusta ei tarvita, eikä välttämättä edes syvällisempää innostusta aiheeseen. Kiinnostuksella, keskustelulla ja läsnäololla on tärkeä merkitys ja sillä voi myös vaikuttaa siihen, että miten pelihaittoja voidaan ennaltaehkäistä, ja miten opittuja uusia taitoja voi käyttää laajemmin elämässään. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 13.)

”Pitäisi lähteä varoivaisesti liikenteeseen! Tutustua nuoreen ja siihen, että miten hän reagoi mihinkin. Ei saa suoraan tuomita, että pelaa liikaa! Pitää keskustella ja ottaa oikeasti selvää, että paljonko joku pelaa! Pelaaja ärsyyntyy, jos suoraan sanotaan että pelaa liikaa tai pitää pelaamista roskana! On liian henkilökohtaista, jos sanoo, että joku pelaa liikaa!”

Pelejä pelaavat kaiken ikäiset, kaiken aikaa ja kaikkialla. Pelejä ja pelillisyyttä käytetään yhä useammin muun muassa opetuksen, liikunnan ja taiteen käyttöön. Pelisivistyksen

käsite liittyy kiinteästi pelikasvatukseen. Se tarkoittaa pelien ja pelaamisen kokonaisvaltaista ymmärrystä. Sen ytimessä on pelilukutaito, joka pitää sisällään pelien eri osa-alueiden tuntemusta, kykyä hahmottaa pelaaminen monipuolisena kulttuurisena ilmiönä, tulkitseminen pelien välittämiä viestejä sekä tiedostaa pelaamisen rooli nyky-yhteiskunnassa. Pelikasvatus on väline ja tapa tällaisen sivistyksen ja lukutaidon lisäämiseen. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 13.)

”Sanovat, että pelaaminen ei ole mitään. Että se on pelkkää huuhaata ja turhaa touhua. Jotkut ajattelevat, että ollaan ”no lifeja”, eikä yhtään sosiaalisia. On väärin ajatella, että pelaaja ei ymmärrä, mitä hänelle sanotaan.”

Kestävä, positiivinen pelaamisen ja pelikasvattamisen kulttuuri syntyy kaikkien pelejä käsittelevien tahojen vuorovaikutuksessa. Oma roolinsa on niin pelaajilla, pelinkehittäjillä, vanhemmilla kuin ammattikasvattajillakin. Pelikasvatus ei ole vain varhaista toimintaa, joka kohdistuisi ainoastaan lapsiin ja nuoriin. Se kattaa laajan kohderyhmän, sillä onhan valtaosa pelien parissa toimijoista sekä pelaajista aikuisia. Pelaamisen maailmaan mahtuu monenlaisia ilmiötä, sekä hyödyllisiä että haitallisia. Digitaalisesta kulttuurista puhuttaessa sekä siinä tapahtuvien nopeiden muutosten ja räjähdysmäisen kasvun takia, ikä ei tarkoita asiantuntijuutta. Aikuiset tarvitsevat pelaamisen ja digikulttuurin käsitteilyyn apua, siinä missä lapsetkin ja monesti jopa enemmän. (Pelikasvattajan käsikirja 2013, 13.)

”Perus ennakkoluulo on, että heti kun pelaa paljon, niin olisi addiktoitunut pelaamiseen. Ei sellaista voi sanoa periaatteessa kenestäkään, jos ei tunneta!”

Jos on huolissaan jonkun pelaamisesta, on hyvä alkuunsa selvittää pelaajan oma näkemys siitä, sekä hyvinvoinnista ja kokonaisvaltaisesta elämänhallinnasta. Keskustelun kautta on tarkoitus pyrkiä löytämään yhteinen näkemys pelaajan tilanteesta sekä motivoida pelaajaa pohtimaan omaa pelaamistaan ja sen vaikutusta elämään (Silvennoinen 2014).

Liiallinen pelaaminen voi toimia keinona purkaa tai paeta muita ongelmia. Tämä tulee ottaa huomioon, ja tilannetta tulee arvioida kokonaisuutena eikä keskittyä yksinomaan pelaamiseen. Pelaajan yksilölliset ominaisuudet, kuten persoonallisuus, tulee huomioida liikapelaamisen arviota tehdessä. Samoin sosiaaliset tekijät, alttius ja herkkyys ulkoisille

vaikutteille sekä mielenterveyden tila on tärkeä ottaa mukaan kokonaisarvion muodostamiseen. (Silvennoinen 2014.)

Keskeistä on myös pohtia pelaamisen motiiveja ja sitä, millaisia tunteita pelaaminen herättää. Tulee selvittää, onko pelaaminen tapa paeta ongelmia tai ainoa onnistumisen kokemuksia tuottava asia elämässä. Sen sijaan, että puhutaan vain pelaamisesta, on hyvä keskittyä myös siihen, että kynnystä lähteä tapaamaan muita ihmisiä kasvokkain madalletaan. Tämä voi olla joillekin nuorille se pahin pelko ja syy pelaamiseen. (Silvennoinen 2014.)

”Jos pelaaja rupeaa unohtelemaan asioita, jättäytyy pois sovitusta toiminnoista, on aggressiivinen ja havaittavissa on viertusoireita, silloin hän on ehkä riippuvainen. Siitä voi sitten palautta todellisuuteen, että stop tuohon nyt. Ehdottaa että voisi pitää taukoja, jos ei niitä pidä.”

Pelaamisen sietokyky kasvaa pelattaessa, eli koko ajan on pelattava useammin ja viettävä pelin ääressä enemmän aikaa kuin aiemmin. Henkinen riippuvuus pelaamisen lisääntyy ja sitä tarvitaan stressin laukaisemiseen tai pahan mielen lievittämiseen. Pelaamisen lopettaminen alkaa olla yhä vaikeampaa ja sen vuoksi luopuminen tärkeistä tavoitteista lisääntyy. Se vie lisäksi aikaa työ- sekä perhe-elämältä ja korvaa muut vapaa-ajan viettotavat. (Päihdelinkki 2011.)

Usein keskustelu jonkun läheisen ihmisen kanssa voi olla riittävä pysähdys ja suhteellisuudentajun palauttaja, mutta joskus tarvitaan ammattilaisten apua. Oikea osoite voi olla esimerkiksi A-klinikka, terveysasema tai mielenterveystoimisto, joiden työntekijöille peliongelmakeen ei ole vieras asia. Muita auttavia tahoja löytyy netissä esimerkiksi Peluuri.fi sivustoilta. (Päihdelinkki 2011.)

”Ohjaaja ei ymmärrä, miten vaikeaa on pysyä irti pelaamisesta! Ei ymmärrä, että se on niin mukavaa. Aikuisten ja ohjaajien mielestä aina pitäisi vain liikkua julkisesti kavereiden kanssa pelaamisen sijaan. Pelaaminen on itselle mieluisempaa tekemistä.”

Hikikomori on japanilainen termi, jolla viitataan sosiaalisesta elämästä täysin vetäytyviin henkilöihin sekä tähän poisvetäytymiseen liittyvään ilmiöön. Ilmiö tunnistettiin Japanissa jo 1990 -luvulla, jolloin erityisesti nuorten miesten huomattiin jäävän huoneisiinsa, ja

elävän pelkästään tietokoneiden kautta. Nuori käyttää paljon aikaa pelaamiseen, nettisurf-
faamiseen sekä television katseluun neljän seinän sisällä. Tämä käytös vaikuttaa myös
vuorokausirytmien vääristymiseen. (Mäkinen 2014, 13.)

Mäkinen (2014) on opinnäytetyössään verrannut hikikomorinuoria suomalaisten nuorten
näkymättömyyteen. Näkymättömillä nuorilla tarkoitetaan hänen ”Näkymättömät nuoret
ja sosiaalinen tuki oppilaitosyhteisössä” - tutkimuksessaan 15 – 29- vuotiaita nuoria, joilla
on oman arvionsa mukaan kokemuksia sosiaalisista verkostoista, koulutuksesta sekä
työstä syrjässä olemisesta.

Pelaajan kohtaamisen lähtökohtana tulee olla ymmärrys asiasta ja kunnioittava asenne
tilannetta kohtaan. Jos epäilee, että kyseessä on ongelma ja pelaamiseen ja nuoren koko
elämäntilanteeseen tulisi puuttua, asiaa tulee lähestyä arvokkaasti ja nuoren ehdoilla. Pe-
laaminen tulee ymmärtää omana kokonaisuutenaan ja ongelmapelaamisen – käsite kaik-
kine näkökulmineen.

Pelaajalle ei tule suoraan sanoa, että hän pelaa liikaa, eikä pelaamista pidä yksioikaisesti
tuomita huonona asiana. Kysymällä avoimesti asianosaiselta, että mitä mieltä hän itse on
elämästään ja tilanteestaan, antaa hyvän lähtökohdan puuttumiselle. Pelaamisen vähek-
syminen ei johda mihinkään rakentavaan ja pelien syyttäminen ongelmista saa nuoren
vain puolustuskannalle.

Alla (Kuvio 2) on esitelty yksinkertaistaen seikkoja, joita tulee ottaa huomioon ennen
kuin puuttuu kenenkään pelaamiseen. Asia on selkeä, kun sen asettaa oikeisiin mittakaa-
voihinsa ja ottaa asian puheeksi toista kunnioittaen. Kohtaamisen tärkein elementti on
kokonaisuuden hahmottaminen. Yksinään paljon koneella vietetty aika ei kerro ongel-
masta. Uusea nuori elää täysipainoista elämää käyden koulussa, harrastaen monipuolisesti
ja silti he pelaavat useita tunteja päivässä koneella. Jokaisen elämä on omansa ja pitää
sisällään erityispiirteet. Yleistämällä ei varmastikaan saa aikaan hyvää kohtaamista, eikä
sillä, että vetää johtopäätöksiä hetken tarkkailun perusteella.



Kuvio 2.

Kun keskiöön asettaa kysymyksen ja etsii tilanteeseen perspektiiviä kokonaiskuvan kautta, ei puuttuja voi mennä kovin paljoa metsään. Kuten nuoretkin tutkimuksessani totesivat, on heitä kunnioittavaa ottaa asioista selvää, ennen kuin lähtee topakasti puuttumaan ja syyttelemään. Jos vanhemmat tai ammattilaiset eivät viitsi ottaa selvää pelaamisesta ennen kuin tekevät siitä negatiivisia johtopäätöksiä, ei tilanne voi olla nuorta kohtaan kunnioittava. Ja kuten he itse sanoivat, he eivät ole tyhmiä, joilla ei ole elämää tai tajua omasta elämästään. He tekevät parhaansa juuri niillä keinoilla, mitä heillä on. Jos tilanteeseen puuttuja haluaa tehdä hyvää, on hänen mentävä tilanteeseen avoimin mielin ja vailla ennakoasenteita.

5 POHDINTA

Yllätyin, kuinka kokonaisvaltaisesti pelaaminen on läsnä pelaavien poikien elämässä. Aiemmin ajattelin sen olevan tapa kuluttaa aikaa ja kohdata verkkopeleissä pelikavereita. En ymmärtänyt, että se on noin syvällä heissä. En osannut aavistaakaan, että he muodostaisivat omakuvaa ja identiteettiään pelaamisen kautta. En tajunnut, että pelimaailman sosiaaliset suhteet voivat ajaa normaalielämän ihmissuhteiden ja vuorovaikutuksen edelle.

Heistä jokainen purki pahaa mieltään ja oloaan pelaamiseen. Tämän voin jotenkin ymmärtää, vertaamalla pelaamista esimerkiksi liikuntaan tai alkoholin nauttimiseen. Usein noihinkin toimintoihin saa purettua kokemaansa pahaa oloa. Ja toisaalta myös niihin voi jäädä kiinni.

Digitaalinen pelaaminen on jatkuvasti kasvava ala. Niin pelien tekeminen, pelaaminen kuin oheistuotteet alkavat olla tiivis osa yhteiskuntaamme. Sen tuomat ongelmat ja hyödyt on tärkeä tiedostaa ja pelikulttuurin tulisi olla osa myös sosiaalialalle valmistuvien koulutusta.

Pelit ovat tuotteina erilaisia kuin aiemmin. Mainitsin aiemmin omasta nuoruudestani ja pelihistoriastani Commodore 64:n ja kuinka vietin aikaa sen parissa vain hyvin harvoin. Ajattelin ensin, että minulla ei ole senkään jälkeen mitään kokemusta pelien mukaansa tempaisevasta vetovoimasta. Että olen vain nähnyt uusia pelejä pelattavan ja huomionut, miten hienon näköisiä ne grafiikaltaan ja pelattavuudeltaan ovat. Juonet muistuttavat elokuvia ja tarinaan todellakin uppoutuu. Sitten todellisuus muistutti olemassaolollaan. Peliaan päivittäin älypuhelimellani Candy Crashia! Sehän on nimenomaan naisten suosituimmat pelit TOP 3:ssä. Miellän välillä itsekkin digitaalisen pelaamisen vain nimenomaan tietokonepelien pelaamiseen.

Pelilaitteiden valikoima on laajentunut, eikä pelaaminen ole siltäkään osin enää entisensä. Pelaaminen ei ole pelkästään yksin näytön äärellä olemista, vaan se on sosiaalista toimintaa joka ylittää monet rajat. Pelikulttuuri on vuosikymmenten kuluessa käynyt läpi useita kehitysvaiheita, ja erityisesti peliharrastus on muuttunut 2000 – luvulta tähän päivään.

Pelit liittyvät tiiviisti populaarikulttuuriin. Ne ovat tärkeitä niin viihteen muotona, kuin myös oppimisen välineenä.

Motiivit pelata pelejä vaihtelevat. Tutkimuksessa esiin nousseet syyt: ajanviete, masennuksen ja pahanolon itsehoitokeino, vapaa-ajan viettotapa ja harrastus, sekä tärkeä osa elämää ja pelaajan identiteettiä, ovat hyvin laajasti motiiveja selittäviä.

Pelaaminen on ajanviete. Sen ymmärrän ja rinnastan esimerkiksi elokuvien ja TV - sarjojen katsomiseen, lukemiseen tai musiikkisoittimen soittamiseen. Ajattelen, että pelaaminen toimii ajanvietteenä nimenomaan silloin, kun on yksin. Se on ajanvietettä, kun ei ole muuta tekemistä tai kun odottaa jotain. Se on toimintaa hetkenä, kun on aikaa ennen seuraavaa tehtävää ja saa ajatukset hetkeksi arjesta muualle.

Se, että pelaamisesta tulisi minulle harrastus, en näe tapahtuvan. Haastateltavistani kaikki olivat tätä mieltä omalla kohdallaan. Se on harrastus ja vapaa- ajan viettotapa, joka on tärkeää ja menee monen muun asian edelle. Siinä on sitoutumisen elementtejä ja pelissä sovitut asiat otetaan tosissaan. Peleissä on omat säännöt ja niitä kunnioitetaan. Tämä liittyy niemenomaan tietokonepelaamiseen. Harrastus - aspekti voisi olla verrattavissa esimerkiksi elokuvaan. Siitä voisin itsekkin sanoa, että elokuvat ovat harrastukseni. Tämä sen vuoksi, että katson niitä paljon ja että olen kiinnostunut elokuvakulttuurista yleisesti ja laaja-alaisesti.

Pelaaminen toimii masennuksen ja pahanolon itsehoitokeinona. Kuulostaa jokseenkin rajulta, varsinkin masennuksen osalta. Voisin kuvitella, että apatiaan ja hetkellisesti synkään oloon se toimisikin, mutta että masennukseen kokonaisvaltaisesti? Pahanolon iskiessä pelimaailmaan sukeltaminen varmasti toimiikin. Unohtaa sen, mikä pahanolon alun perin aiheutti. Kenties se olo vain siirtyy, eikä ongelmia pääse lopullisesti pakoon, mutta saa ainakin hetkellisen paussin ja hengähdystauon kaikesta ulkomaailmallisesta.

Masentunut ihminen on kuitenkin eri asia. Se hieman mietityttää maallikkoa. Osalla haastateltavistani on ongelmia mielenterveyden kanssa. Heillä on siihen hoitokontaktit ja kenties lääkitykset. Tähän yhdistettynä pelaaminen voi varmasti toimiakin lieventävänä ja tukevana keinona.

Näin on myös Ylen uutisista lukemani artikkelin mukaan. Turun yliopiston psykiatrian professori Jyrki Korkeila näkemyksen mukaan pelaamisesta on apua masennuksen hoidossa. Hän toteaa, että paljon pelaavien aivojen dopamiinin tuotanto on yliaktiivista. Masennuksessa puolestaan dopamiinin tuotanto on aliaktivoitunutta. Esimerkiksi strategista ajattelua vaativien tietokonepelien avulla voidaan treenata aivoja, jotka taantuvat masennuksen aikana. (Yle 2014.) Haastateltavani ovat siis juurikin ajanhermoilla tässä asiassa. He ovat itse huomanneet pelaamisen auttavan myös mielenterveyden asioissa.

Syksyllä 2015, kun työtäni kirjoitin, nosti lastenpsykiatrian erikoislääkäri ja lääketieteen tohtori Jari Sinkkonen ongelmapelaamisen jälleen mediaan. Hän kirjoitti kolumnin aiheesta Duodecim lehteen ja asiasta oli myös näyttävät otsikot ja lööpit iltapäivälehdissä. Otsikolla "Videopelit hallitsevat liian monen lapsen elämää" hän kirjoittaa, kuinka vanhemmat ovat toivottomia lastensa pelaamisen suhteen. Hän nostaa esiin yhdeksi isoimmista kysymyksistä sen, kuinka pelaamista voidaan rajoittaa. Toinen mitä hän kolumnissaan kysyy, että mitä kaikkea lapsi tai nuori ehtisi tehdä niiden tuhansien tuntien aikana, jotka hän viettää pelaamalla? Mitä peleistä lopulta jää käteen? (Sinkkonen 2015.)

Oman tutkimukseni aineistoon peilaten, en voi kuin harmitella Sinkkosen lähestymistapaa peliongelmaan. Kolumnista välittyy läpi, ei aito huoli lasten hyvinvoinnista, vaan digitaalista pelaamista kohtaan tunnettu väheksyntä. Totta kai liika on liikaa ja kuten olen tässäkin työssäni esiin tuonut, digitaalisella pelaamisella on haittansa. Varsinkin jos asiaan ei paneuduta tai vanhemmat eivät ole kiinnostuneita lastensa harrastuksesta ja tekemisistä. Jos pelaamiseen kohdennetaan vain pahaa oloa ja jos nuorella on muita ongelmia elämässään, niin totta kai silloin asiaan ja nuoren tilanteeseen tulee puuttua.

En ole eri mieltä kaikesta, mitä Sinkkonen kirjoittaa ja ymmärrän varsinkin nyt, kun tutkimukseni tulokset on tässä läpikäytyinä, että pelikulttuuriin liittyy mahdollisia vahingollisia elementtejä. Keskustelu väkivaltapeleistä ja niiden vaikutuksista lapsiin on vilkasta ja monisäkeistä. Vuoronperään tulee tutkimustuloksia, jotka puoltavat tai kumoavat väitteet pelaamisen ja väkivaltaisen käyttäytymisen välillä. Aihealue on vähintäänkin kiistanalainen, joten harmittaa kun Sinkkonen kirjoittaa asian olevan yksiselitteinen, tai ainakin hän antaa sen kuvan. Hän viittaa tekstissään yhteen tutkimuskokoelmaan (Psychological Bullet – lehden tutkimuskoosteartikkeli), mutta ei pysähdy keskustelemaan toisten tutkimusten tulosten kanssa. Millaisen kuvan Sinkkonen antaa jo nyt huolissaan oleville vanhemmille, kun hän oikoo lausumissaan näin isoin askelin? Asiassa on vähintäänkin se

toinen puoli, joten avoin keskustelu ja tutkimustulosten läpikäynti palvelisi varmasti niin alalla työskenteleviä, kuin lasten huolestuneita vanhempia.

Olen myös harmissani asenteesta, mikä kolumnista välittyy. Samaan seikkaan kiinnitti huomiota myös Mikko Meriläinen blogissaan, jonka hän kirjoitti ”vastineeksi” Sinkkosen kolumnille. Pelaaminen on monille lapsille ja nuorille tärkeä harrastus. Ja niin kuin tutkimuksestani käy ilmi, se on elämän ja intohimon kohde. Se muokkaa nuoren omaa identiteettiä ja antaa tarkoituksen. Se ei ole jotain sellaista, jonka sijaan pitäisi tehdä jotain muut ja niin kuin Sinkkonen kirjoituksessaan antaa ymmärtää, jotain parempaa ja tärkeämpää. (Meriläinen 2015.)

Kuten Meriläinen blogissaan asian hyvin kiteyttää, pelaaminen on arvokasta jo itsessään. He elävät tämän päivän lapsuutta. Se poikkeaa huomattavasti jo minunkin ikäpolven lapsuudesta. Heidän elämäänsä kuuluvat jokapäiväisinä asioina älypuhelimet, pelit ja digitaalinen maailma, ja toden totta, niin kuin Meriläinen asian kirjoittaa, heillä on tuohon lapsuuteen täysi oikeus. Meidän ympärillä olevien vanhempien ja ammattilaisten tulee sopeutua siihen ja pysyttävä kyydissä tässä maailmassa, jonka me itseasiassa olemme itse luoneet. (Meriläinen 2015.)

Haastatteluiden ja tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa voin todeta, että olen pyrkinyt kuvaamaan tutkimuksen eri vaiheet mahdollisimman tarkasti ja yksityiskohtaisesti. Kuitenkin sellaisissa rajoissa, että haastateltavia ei voitaisi tunnistaa.

Haastateltavat olivat minulle ennestään tuttuja. Voi miettiä, että kertoivatko he aiheesta kaiken ja täysin rehellisesti, ottaen huomioon historiamme. Voiko olla, että jotkut jättivät jotain sanomatta, koska eivät halunneet ”muuttaa” kuvaani heistä. Vai oliko tuttuus valttikortti. Eli voiko olla, että nuoret haastateltavat avautuivat juuri siksi niin hyvin, että olin heille tuttu.

Pyrin olemaan haastatteluissa neutraali, enkä johdatellut nuoren puhetta tietoisesti. Kysyin täsmentäviä kysymyksiä, mutta nuoret pystyivät kuitenkin puhumaan avoimesti ja vapaasti kysymysten rajojen ulkopuoleltakin. Haastatteluissa ei ollut juurikaan häiriötekijöitä ja jokainen haastattelutilanne oli luottamuksellinen.

Vastauksia ja tuloksia olen pyrkinyt tulkitsemaan teoriaan nojaten. Tämän on ollut punainen lanka analyysijä tehtäessä. Toisena tulkinnan lähteenä on ollut työhistoriani ja sitä kautta saatu kokemustieto pelaavista nuorista. Tässä voi piillä ennakoasenne. Olen työksäni jo havainnoinut pelaavia nuoria, joten kun haastattelukysymyksiä lähdin luomaan, oli minulla taustalla jo työstäni saama käsitys heidän elämästään.

Asiassa on varmasti kaksi puolta. Toisaalta olen voinut tulkintoja tehdessäni tehdä päätelmiä, jotka minulla oli jo ennestään. Aihe ei ole täysin vieras, joten en voi tyhjentää mieltäni täysin tutkimusaiheesta. Toisaalta taas tämä on antanut jo alustavan ymmärryspohjan, eli olen mahdollisesti saanut haastatteluiden kautta hienoja ja avoimia vastauksia, koska olen lähtökohtaisestikin jo kunnioittanut pelaavia nuoria. Olen ymmärtänyt sen, että en tiedä pelaamisesta ja sen merkityksistä koko totuutta, joten kiinnostukseni sen selvittämiseen on lähtenyt jo olemassa olevasta tiedosta digitaalisen pelaamisen ilmiöstä.

Mielenkiintoista oli ollut tehdä tutkimus tutkijatriangulaatiota käyttäen, eli että tutkimuksen tekoon olisi osallistunut useampi tutkija aineiston kerääjinä sekä tulosten tulkitsijoina (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 233). Näin ollen omat ennakoasenteet ja – tiedot eivät olisi olleet roolissa analyysinteossa. Jos olisin tehnyt tutkimuksen esimerkiksi parityönä jonkun sellaisen kanssa, joka ei ole tehnyt päivääkään töitä pelaavien nuorten kanssa, olisi aineisto voinut näyttäytyä toisenlaisena.

Uskon tutkimukseni kuitenkin olevan luotettava ja tarkastelua kestävä. Monet päätelmäni esimerkiksi nuoren kohtaamisesta ovat käytettävissä kaikkien asian kanssa pohdiskelevien parissa. Nuorten ääni on tullut kuulluksi ja halusinkin käydä aineiston läpi nimenomaan haastatteluissa esiinnousseiden nuorten näkökulmien kautta. Olen käyttänyt paljon sitaatteja ohjaamaan analyysin etenemistä ja sitä kautta nuorten oma kokemus on saanut teorian tuekseen. Se onkin koko tutkimukseni tärkein anti, nuorten ääni.

Nuorten ajatusten kautta olen saanut hyvin jäsenneltyä koko aineiston tulokset. Pelaamisella on paljon hyötyjä, siinä on haittoja sen merkitykset ovat henkilökohtaisia ja iso osa nuorten elämää. Tärkein näkökulma ja työn tulos on se, että olen saanut pelaavilta nuorilta juurikin sitä aitoa ja rehellistä kertomusta pelaamisesta. Kun nuoret, jotka pelaavat paljon, saavat äänensä kuuluviin asiassa, mikä nimenomaan heitä koskettaa, on työni tehty. Ammatillaiset ja vanhemmat eivät voi miettiä pelaamista ja siihen puuttumista ilmat että nuori otetaan keskusteluun mukaan. Nyt olen tässä tutkimuksessa kirjoittanut puhtaaksi

heidän viestinsä ja äänensä tähän keskusteluun. Toivon, että tuloksia ja heidän mielipiteitään kunnioitetaan ja otetaan huomioon esimerkiksi pelikasvatusta suunniteltaessa.

Jatkotutkimuksena olisikin mielenkiintoista nähdä esimerkiksi peruskouluihin tehtävä ”pelaamisen opas” vanhempainiltoihin. Sen tulisi olla ytimekäs ja neuvoa antava selkeä kokonaisuus, josta vanhemmat saisivat yhdellä vilkaisulla ainakin sen tärkeimmän viestin. Tällä tarkoitan sitä, että pelaamisesta on turha mennä paniikkiin. Vaikka nuori pelaisi paljon, se ei automaattisesti tarkoita, että jotain on vialla.

Pelikasvattajan käsikirja, joka on jo internetissä olemassa, on loistava opas pelikasvatuksesta kiinnostuneille. Se ei kuitenkaan ole esimerkiksi aiemmin kuvaamani helposti omaksuttava vanhempain opas. Käsikirjassa on valtavasti tietoa, mikä toimiikin hyvin sitten, kun vanhempi kaipaa lisätietoa aiheesta. Uskon, että tutkimusmateriaalistani saisi kasattua selkeän ja rehellisen oppaan vanhemmille, jonka ovat sanoittaneet itse pelaavat nuoret.

Pelaaminen on harrastus, siinä missä muutkin. Mikä tahansa harrastus voi mennä yli ja sen parissa voi vierähtää liikaa aikaa. Aina jos epäilee, että kyseessä on ongelma tai lasta turmeleva asia, on siihen syytä puuttua. Tärkein sanomani on kuitenkin siinä, että kuinka puuttuminen hoidetaan. Kun asia otetaan puheeksi rehellisesti, avoimesti ja arvokkaasti, saadaan aikaan eteenpäin vievää keskustelua. Kun pelaaminen tunnustetaan hyödylliseksi harrastukseksi, uskon, että pelaajakin ottaa paremmin vastaan huolestuneen vanhemman tai ammattilaisen asian.

Jokaiselle meistä annan kehittämishaasteeksi peiliin katsomisen. Kuinka haluaisin että itselleni puhuttaisiin tärkeästä, arkaluontoisesta asiasta? Haluaisinko osakseni kunnioitusta ja arvostusta, haluaisinko tulla kohdatuksi ilman syytöksiä ja häpeällistämistä? Miksi emme siis tekisi niin paljon pelaaville nuorillekin.

LÄHTEET

Alasuutari, P. 2001. Laadullinen tutkimus. 3. uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Bennet, C. 2008. I'm game for Grand Theft Auto. You should be too. The Guardian – artikkeli. Luettu 28.10.2015. <http://www.theguardian.com/commentis-free/2008/may/04/games.usa>

Daily Mail. 2012. Violent video games 'make teenagers more aggressive towards other people' (and girls are affected as much as boys). Luettu 28.10.2015. <http://www.dailymail.co.uk/news/article-2214346/Violent-video-games-make-teens-aggressive-girls-affected-boys.html>

Sinkkonen, J. 2015. Videopelit hallitsevat liian monen lapsen elämää. Kolumni. Luettu 14.11.2015. <http://www.duodecimlehti.fi>

Ermi, L. Heliö, S. & Mäyrä, F. 2010. ”Voi tehdä sellaisia asioita mitä ei oikeassa elämässä voiskaan tehdä”. Lasten tulkintoja pelien vetovoimasta. Teoksesta Pongista pleikkaan. Kyllönen, K. & Lehtonen, S. (toim.) Mediamuseo Rupriikin julkaisuja. Ykkösoffset.

Forsberg, I. & Vehkaoja, H. 2013. Nuorten digitaalisten pelien ongelmapelaaminen. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Opinnäytetyö. Leurea – ammattikorkeakoulu. Luettu 28.10.2015. https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/55533/Forsberg_Vehkaoja.pdf?sequence=1

Granic, I., Lobel, A. & Engels, R. 2014. The Benefits Of Playing Video Games. Luettu 27.10.2015. <https://www.apa.org/pubs/journals/releases/amp-a0034857.pdf>.

Hakala, P. 2012. Tietokoneen sekä muun informaatio- ja kommunikaatioteknologian käyttö ja nuorten tuki- ja liikuntaelinoireet. Väitöskirja. Tampereen Yliopisto. Luettu 28.10.2015. <https://tampub.uta.fi/handle/10024/66850>

Halme, N. 2012. Mitä Kouluterveyskysely kertoo koulun keskeyttämiseen yhteydessä olevista tekijöistä? Teoksesta Kouluterveyspäivät 2012 – Jotta kukaan ei jäisi syrjään. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Luettu 28.10.2015. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/80504/Kouluterveyspaivat%202012_tiivistelma-kirja.pdf?sequence=1

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. Tutki ja kirjoita. 15. – 16. painos. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Kallio, K. 2009. Katsaus monitieteiseen pelitutkimukseen. Teoksessa Suominen, J. (toim.) Pelitutkimuksen vuosikirja 2009. Tampereen Yliopisto. Pelitutkimus.fi. Luettu 27.10.2015. <http://www.pelitutkimus.fi/wp-content/uploads/2009/08/ptvk2009-10.pdf>

Kallio, K., Mäyrä, F. & Kaipainen, K. 2009. Pelikulttuurin monet kasvot - Digitaalisen pelaamisen arkiset käytännöt Suomessa. Teoksessa Suominen, J. (toim.) Pelitutkimuksen

- vuosikirja 2009. Tampereen Yliopisto. Pelitutkimus.fi. Luettu 27.10.2015. <http://www.pelitutkimus.fi/vuosikirja2009/ptvk2009-kaikki.pdf>
- Kananen, J. 2013. Case – tutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kemppainen, J. 2012. Genremetsä – peligenrejen käyttö digitaalisissa palveluissa. Teoksessa Suominen, J. (toim.) Pelitutkimuksen vuosikirja 2012. Tampereen Yliopisto. Pelitutkimus.fi. Luettu 27.10.2015. <http://www.pelitutkimus.fi/vuosikirja2012/ptvk2012-06.pdf>.
- Kosunen, K. & Laakso, M. 2014. Kutsunta- ja varusmiespalvelusikäisten miesten kokemuksia digitaalisesta pelaamisesta. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Luettu 28.10.2015. <http://publications.theseus.fi/handle/10024/79519>
- Laine, M., Bamberg, J. & Jokinen, P. 2007. Tapaustutkimuksen taito. Helsinki: Yliopistopaino.
- Lehtonen, S. 2010. Hyvät pahat pelit. Teoksesta Pongista pleikkaan. Kyllönen, K. & Lehtonen, S. (toim.) Mediamuseo Rupriikin julkaisuja. Ykkösoffset.
- Meriläinen, M. 2014. Pelikasvatus.fi. Pelien positiiviset vaikutukset. Luettu 28.10.2015. http://www.pelikasvatus.fi/index.php?option=com_content&view=category&id=22&Itemid=136
- Meriläinen, M. 2015. Peliriippuvuuden puurot ja vellit. Asiaa pelaamisesta ja pelikasvatuksesta- blogi. Luettu 28.10.2015. <http://mikkomerilainen.com/2015/03/21/peliriippuvuuden-puurot-ja-vellit/>
- Meriläinen, M. 2015. Päänvaivaa peleistä. Asiaa pelaamisesta ja pelikasvatuksesta – blogi. Luettu 14.11.2015. <http://mikkomerilainen.com>
- Mielenterveyden keskusliitto. 2015. Yksinäisyys. Luettu 28.10.2015. <http://mtkl.fi/tietoa-mielenterveydesta/aikuisille/yksinaisyys/>
- Mäkinen, S. 2014. Näkymättömät nuoret ja sosiaalinen tuki oppilaitosyhteisössä. Opinnäytetyö. Ylempi AMK. Tampereen ammattikorkeakoulu. Luettu 28.10.2015. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/78354/Makinen_Sirpa.pdf?sequence=2
- Mäyrä, F. & Ermi, L. 2014. Pelaajabarometri 2013 - Mobiilipelaamisen nousu. Tampereen Yliopisto. Informaatitieteiden yksikkö. Luettu 27.10.2015. <https://tampub.uta.fi/handle/10024/95150>.
- Neogames. 2015. Tietoa toimialasta. Luettu 27.10.2015. <http://www.neogames.fi/tietoa-toimialasta>,
- Newscenter. 2014. Video gamers' aggression linked to frustration, not violent content. Luettu 28.10.2015. <http://www.rochester.edu/newscenter/frustration-in-mastering-video-games-linked-to-aggression/>
- Niemelä, J. 2008. Mobiilien moninpelien reaaliaikaisuuden tavoittelemisen matkapuhelinverkossa. Pro gradu – tutkielma. Tampereen Yliopisto. Luettu 28.10.2015. <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/79851/gradu03158.pdf?sequence=1>

Nuorten hyvinvointikertomus. 2013. Indikaattorit. Itsensä kehittäminen. Ruutuaika. Luettu 28.10.2015. <http://www.nuortenhyvinvointikertomus.fi/indikaattorit/itsensa-kehittaminen/ruutuaika>

Pegi Online. 2007. Mitä verkkopelaaminen on? Luettu 28.10.2015. <http://www.pegonline.eu/fi/index/id/98>

Pelikasvattajan käsikirja. 2013. Harviainen, J., Meriläinen, M. & Tossavainen, T. (toim.) Luettu 27.10.2015. <http://www.pelipaiva.fi/pelikasvattajankasikirja.pdf>

Peluuri. 2015. Digitaalinen pelaaminen ja digipelihaitat. Luettu 28.10.2015. <http://www.peluuri.fi/laheiset/yleista-tietoa-laheiselle/digitaalinen-pelaaminen-ja-digipelihaitat>

Psychcentral. 2013. Playing Video Games Tied To Happiness, Emotional Wellness in Seniors. Luettu 28.10.2015. <http://psychcentral.com/news/2013/03/06/playing-video-games-tied-to-happiness-emotional-wellness-in-seniors/52267.html>

Päihdelinkki. 2011. Peliriippuvuuden hoito. Luettu 28.10.2015. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/pelaaminen-muut-toiminnalliset-riippuvuudet-ja-niiden-hoito/peliriippuvuuden>

SEUL ry – Suomen elektronisen urheilun liitto. 2015. Harrastepelaaminen. Luettu 28.10.2015. <http://www.seul.fi/esports/harrastepelaaminen/>

Silvennoinen, I. 2014. Pelikasvatus.fi. Pelihaitat ja niiden ehkäisy. Luettu 28.10.2015. http://www.pelikasvatus.fi/index.php?option=com_content&view=category&id=23&Itemid=136

Sosiologian peruskurssi. 2015. TYT verkko – opinnot. Avoin yliopisto. Elämäntapa. Luettu 28.10.2015. <http://www.uta.fi/avoinyliopisto/arkisto/sosiologia/luku2.html>

THL – Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. 2015. Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet. Kansainväliset tautiluokitukset. Luettu 28.10.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/rahapeliongelman-hoito-ja-tuki/peliriippuvuus-ja-ongelmapelaaminen/kansainvaliset-tautiluokitukset>

THL – Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 2015. Alkoholi, tupakka ja riippuvuudet. Peliriippuvuus ja ongelmapelaaminen. Luettu 28.10.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/rahapeliongelman-hoito-ja-tuki/peliriippuvuus-ja-ongelmapelaaminen>

Tilastokeskus. 2006. Mitä on peliriippuvuus? Luettu 28.10.2015. http://www.stat.fi/artikkelit/2006/art_2006-12-13_002.html?s=2

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Hansaprint Oy.

University of Oxford. 2014. A little video game-playing linked with better-adjusted children. Luettu 28.10.2015. <http://www.ox.ac.uk/news/2014-08-04-little-video-game-playing-linked-better-adjusted-children>

Uuskoski, O. 2011. Playing video games: A waste of time... or not? Exploring the connection between playing video games and English grades. Pro gradu – tutkielma. Helsingin Yliopisto. Luettu 28.10.2015. [https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/35037/playingv.pdf?sequ](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/35037/playingv.pdf?sequence=1)

Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uudistettu painos. Juva: Bookwell Oy

Xia, P. 2014. 3D Game Development with Unity A Case Study: A First-Person Shooter (FPS) Game. Thesis. Helsinki Metropolia University of Applied Sciences. Luettu 28.10.2015. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/71525/Xia_Peng.pdf?sequence=1

Yle. 2014. Videopelit voivat auttaa voittamaan masennuksen. Luettu 14.11.2015. http://yle.fi/uutiset/videopelit_voivat_auttaa_voittamaan_masennuksen/7231492

LIITTEET

Liite 1. Teemahaastattelukysymykset

Pääteemat

1. Mitä pelaaminen sinulle merkitsee?
2. Mitä hyötyä pelaamisesta on sinulle?
3. Mitä haittaa pelaamisesta on sinulle?

Kysymykset:

1. Taustatietoja

- Minkä ikäinen olet?
- Missä asut tällä hetkellä?
- Kauanko olet asunut itsenäisesti?
- Mistä muutit omaan asuntoon?

2. Lapsuus, varhaisnuoruus - Mistä tähän on tullut

- Millainen lapsuutesi oli?
- Missä asuit? Kenen kanssa? Olivatko vanhemmat osana elämääsi?
- Oliko sinulla kavereita?
- Millaisia koulumuistoja sinulla on? Piditkö koulusta? Oliko sinulla kavereita?
- Milloin aloitit pelaamisen? Mikä on varhaisin muistosi pelaamisesta?
- Vaikuttiko pelaamisesi koulunkäyntiin? Tuliko poissaoloja sen takia?
- Puuttuivatko vanhemmat mitenkään pelaamiseesi? Oliko se heistä hyödyllistä vai haitallista?
- Kiusattiinko sinua koulussa? Lapsuudessa? Koitko ulkopuolisuuden tunnetta? Erilaisuutta?

3. Sinä tällä hetkellä

- Käytkö koulussa? Työssä? Entäpä muussa päivätoiminnassa?
- Tulot: mistä ja mitä rahaa saat elääksesi?
- Onko sinulla jokin lääketieteellinen diagnoosi?
- Asioitko tai oletko joskus asioinut mielenterveyspalveluiden piirissä?
- Onko sinulla lääkitystä nyt tai ollut aiemmin? Mikä?
- Kuinka monta tuntia päivässä pelaat tietokoneella? Mitä pelejä pelaat?

4. Mitä pelaaminen sinulle merkitsee?
5. Mitä hyötyä koet siitä olevan sinulle?
6. Mitä haittaa pelaamisesta sinulle koituu?
7. Koetko että pelaamisesi on peliriippuvuutta?
8. Haluaisitko lopettaa pelaamisen? Vähentää?

